

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ LEDEN 1975 ♦ Kčs 3,—

1





Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

NOVÝ ROČNÍK
SVĚTOVÉHO POHÁRU
ZAHĀJEN

RAKUŠANĚ ZAZĀŘILI
V 23. INTERSPORTTURNĚ

PRÁCE TRENĚRA
PŘED BĚŽECKÝM
ZĀVODEM

NA PRVNÍ STRANĚ OBĀLKÝ RADOSTNÝ VSTUP BĚŽCŮ DO NOVĚHO ROKU 1975. ZLEVA BLANKA PAULŮ, STANISLAV HENYCH, KVĚTA JERIOVĀ A JIŘÍ BERAN. NA DRUHĚ STRANĚ NĀŠ NEJŮSPĚŠNĚJŠÍ SJEZDĀŘ MILOSLAV SOCHOR. NA ZADNÍ STRANĚ OBĀLKŮ: BUDE BLANKA PAULŮ V NOVĚ SEZŮNĚ SVĚTOVOU JEDNIČKOU?

Snímky na první a zadní straně obálky Jaroslav Trousil, na druhé straně Jiří Macht a na třetí straně obálky Miroslav Hladík. Fotografie uvnitř měsíčníku: Ladislav Dítě, Miroslav Hladík, František Hurník, Bohuš Josefek, Jiří Kotland, Dušan Kříž, Lubomír Linhart, Karel Ringel a Jaroslav Trousil.

lyžařství

ROČNÍK 61

ČÍSLO 1

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janecký. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, ing. P. Borský, K. Eidlpses, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 68 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Výtiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřichská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 6. prosince 1974.

Do roku 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou

Vstupujeme do roku 1975, do roku, kdy oba naše národy a celá naše vlast bude oslavovat 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou. Nejde nám pouze o vzpomínku na velikost události této doby — taková výročí jsou a zůstanou pro nás vždy aktuálním poučením, k němuž se budeme vracet, abychom s jeho pomocí mohli správně hodnotit cestu, kterou jsme šli ve světle odkazu těchto událostí a ukázali si na význam a návaznost cílů, které před námi stojí.

30. výročí osvobození, které započalo nejvýznamnější a nejmasovější akci celého vnitřního československého odboje — Slovenským národním povstáním, Karpatsko-dukelskou operací přes Pražské povstání až do vítězného 9. května, nás vede k hlubšímu zamyšlení nad jejich revolučním smyslem a odkazem. Historické únorové vítězství dělnické třídy je pak naplňováním revolučního odkazu a položilo základ k rozvoji socialistické společnosti a tím i sjednocení socialistické tělovýchovy.

Prošli jsme obdobím, které vyžadovalo mnoho náročné a obětavé práce, které je vyjádřeno v kulturním a společenském životě i v životní úrovni našeho lidu. Je to též období tvrdých poučení zejména v letech 1968—1969, kdy jsme v plné nahotě poznali co znamená odchýlení se od marxistickoleninských zásad, zejména pak z třídního a internacionálního hlediska.

30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou dává podnět přiblížit hlavně mladým sportovcům roky protifašistického boje a vzpomenout i na podíl tehdejších aktivních sportovců, členů a funkcionářů v tomto boji. Je nutno vyzdvihnout a zdůraznit, že většina sportovců a členů různých tělovýchovných organizací šla do boje proti fašismu nezištně, dobrovolně a jednotně s velkým vlasteneckým zápalem. A právě jednota, která se v tomto těžkém boji začala formovat, se stala základem představ o poválečné jednotě tělovýchovné organizace.

Na těchto osvobozovacích bojích, zejména ve Slovenském národním povstání i dalších se kromě jiných sportovců podílela celá řada lyžařů, ať již jde o Bezrouka, Bilíka, Morávka a další. Na paměť těchto a dalších hrdinů organizujeme každý rok lyžařské soutěže jako je Bezroukův memoriál, Bilou stopou Slovenského národního povstání, Závod osvobození a další.

I my sportovci budeme vzdávat hold a vděčnost všem těm, kteří svými životy a krví bojovali za naše osvobození, zejména pak Sovětskému svazu a jeho hrdinné armádě. Svou ideově politickou činností, dobrými výkony na poli sportovním, vzornou reprezentací a být příkladem a vzorem naší mládeže vyjadříme vděčnost Komunistické straně Československa za správné vedení naší společnosti při jejím rozvoji a výstavbě a za podmínky, které má tělovýchova v naší socialistické vlasti.

V letošním jubilejním roce je nám svěřeno, aby jako první ze sportovních svazů, jsme vstoupili do oslav 30. výročí osvobození Československa, zimní částí Československé spartakiády, kterou uspořádáme v Liberci, Jizerských horách a v Rokytnici. Věřím, že jak vlastní organizací, sportovně technickým zajištěním, ale hlavně ideovým záměrem budeme vyjadřovat smysl a velikost významu osvobození naší vlasti před 30 lety.

Nejde nám jistě v tomto jubilejním roce jen o spartakiádní soutěže, jde nám také o to, využít této slavnostní atmosféry ke zkvalitnění a zintenzívnění činnosti jak ve výkonnostním sportu, tak i masovém rozvoji. Je třeba věnovat velkou pozornost a využít náborové soutěže o „Spartakiádní vločky“, zvýšit svůj vliv v masovém rozvoji lyžařského sportu při pobytu našich pracujících na horách, zejména pak u našich cvičitelů rozšířit a zkvalitnit spolupráci se SSM, ROH a školami.

30 let bilancování výstavby socialistické společnosti nás také vede k zamýšlení, aby se člověk této socialistické etapy skutečně všestranně harmonicky rozvíjel. Zejména pak nám jde o to, jak v současné době se nám daří realizovat závěry XIV. sjezdu strany k dalšímu rozvoji tělesné výchovy a závěry a cíle IV. sjezdu ČSTV.

Zde je nutno zdůraznit zejména:

1. společenský význam a funkci tělesné výchovy jako složky komunistické výchovy, jako součásti socialistického životního stylu a režimu práce i odpočinku v nejširším kontextu a vzájemné podmíněnosti s výsledky socialistické výstavby,

2. prohlubování socialistického charakteru tělesné výchovy, zejména principů ideovosti, lidovosti a masovosti, vědeckosti, ideové, obsahové a organizační jednoty,

3. organizační výstavbu a metodické řízení jednotného tělovýchovného hnutí, zabezpečení jeho ekonomické, kadrové, zdravotní a vědeckovýzkumné problematiky tak, aby se účinně realizovala nezastupitelná úloha tělesné výchovy v rozvoji socialistické společnosti.

Věřím, že slavnostní atmosféra jubilejního roku, kdy oslavujeme 30. výročí osvobození naší vlasti, bude velkým podnětem pro přípravu československých sportovců na olympijské hry v roce 1976 v Innsbrucku a že výsledky docílené na této vrcholné světové sportovní soutěži budou neméně tak hodnotné jako na mistrovství světa 1974 ve Falunu a stanou se výrazem vděku naší socialistické společnosti za vytváření podmínek pro rozvoj tělesné výchovy a sportu.

KAREL SMOLA

předseda výboru svazu lyžování - ÚV ČSTV

SPOLEČNÉ PLÉNUM LYŽAŘŮ V BRNĚ

„Je nezbytné, aby i v ČSTV byly oslavy 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou účinným prostředkem zvýšené aktivity, zajišťujícím úspěšné plnění úkolů stanovených IV. sjezdem ČSTV.“ řekl místopředseda výboru svazu lyžování ÚV ČSTV ing. Miloslav Fiala na společném zasedání výboru svazu lyžování ÚV ČSTV a výborů svazů lyžování ČÚV a SÚV ČSTV 7. prosince 1974 v Brně. „Výsledky této aktivity budou dokumentovány i Československou spartakiádou 1975, kterou vyvrcholí oslavy 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou.“

Jubilejní rok je vhodným obdobím k zintenzívnění a zkvalitňování politicko-výchovné práce v tělovýchově, hlavně pokud jde o využití pokrokových, revolučních tradic v politicko-výchovné práci zejména u mladé generace, jak to zdůraznilo červencové zasedání ÚV KSČ: „Předcházející generace uskutečnila historický úkol, když v naší zemi odstranily kapitalismus a vybudovaly socialistickou společnost. Úkolem nastupující generace je toto dědictví upevnit, rozvinout je a dobudovat rozvinutou socialistickou společností.“

Proto půjde o využití jubilejních oslav k výchově členů ČSTV k socialistickému vlastenectví, k proletářskému internacionálnímu a k plně angažovanosti členů ČSTV při plnění náročných úkolů IV. sjezdu ČSTV. Půjde o to, aby vedle ústředních akcí bylo těžiště oslav především v místech, tělovýchovných jednotách a v okresech.“

V hlavním referátu hovořil ing. M. Fiala o zvyšování úrovně, kvality a účinnosti tělovýchovného procesu v masovém rozvoji, ve výkonnostním i vrcholovém lyžování. V masovém rozvoji je tělovýchovný proces zaměřen především na zvyšování tělesné zdatnosti obyvательства a na reprodukci pracovní síly. Je třeba přizpůsobovat obsah tělovýchovného procesu věku, pohlaví, ročnímu období a materiálnímu vybavení. Organizovat plnění podmínek odznaku zdatnosti BPPOV a PPOV, provádět masovou a rekreační tělovýchovu a masové-náborové akce.

Ve výkonnostním sportu jde o dosažení maximální sportovní výkonnosti každého jedince a kolektivu. Účast v něm je plně určována zájmem každého občana o vhodné vyplnění volného času a vlastní seberealizaci. Nejdůležitějšími úkoly je získávat co největší počet mládeže pro výkonnostní sport, prosazovat takové formy tréninku mládeže, jehož výsledky by se měly projevit až v dospělosti. Tréninky dospělých vidět jako upevňování vysoké osobní výkonnosti a tělesné zdatnosti. Dodržovat diferenciaci tréninku v obsahu a úrovni zatížení. Vytvořit a stále zdokonalovat jednotný tréninkový systém, který v jednotlivých disciplínách musí vycházet ze zákonitostí dlouhodobého tréninku a z funkcí výkonnostních tříd jednotné sportovní klasifikace jako postupových cílů. Vytvářet co nejširší základnu pro soutěže i pro vlastní trénink.

Tělovýchovný proces ve vrcholovém sportu je prostředkem k dosažení absolutně maximální světové výkonnosti, úspěšné reprezentace našeho stá-

tu, součástí celosvětového ideologického boje mezi společenskými systémy, prostředkem vyžití — můžeme říci kulturního — širokého mas obyvatelstva. Reprezentace naší socialistické vlasti představuje základní faktor motivace vrcholových sportovců pro plnění úkolů náročného tréninku. ČSTV musí plnit úlohu přímého organizátora vrcholového sportovního tréninku. Na úseku vrcholového sportu se také nejvíce projeví zkvalitnění tělovýchovného procesu, zde čekají Československý svaz lyžování největší úkoly. K zajištění plně účinnosti tréninkového procesu v této oblasti je třeba neustále prohlubovat systém tréninku vrcholových sportovců na základě nejnovějších vědeckých a metodických poznatků. Odpovědní trenéři i ostatní funkcionáři musí uplatňovat nejen všechny poznatky z oblasti sportovní techniky, ale také nejnovější metody a formy politicko-výchovné práce. Nutno vybudovat dokonalý systém výběru talentů a jejich přípravy, respektovat zásadu dlouhodobého pojetí vrcholového tréninku při postupném růstu objemu a intenzity tréninkového zatížení. Využívat všechna progresivní tréninková zařízení i přístroje, určené pro aplikovaný vědecký výzkum včetně nejmodernější výpočetní techniky jak k řízení, tak k zdokonalování tréninkového procesu. Prohloubit individualizaci vrcholového sportovního tréninku, podřídit cílům vrcholového sportu i sportovní soutěže v oblasti výkonnostního sportu. Zdokonalit týmovou spolupráci lékařů, psychologů a dalších vědeckých pracovníků při řízení a kontrole sportovního tréninku.

V další části referátu ing. M. Fiala zdůraznil nutnost ve všech orgánech svazu se pravidelně zabývat úrovní tělovýchovného procesu a zkvalitňováním metodických úseků: trenérských rad, metodických komisí a komisí mládeže. Vyzdvíhl také důležitost těsné spolupráce metodického a politicko-výchovného úseku. Potom hovořil o reprezentaci a stavu příprav na zimní olympijské hry 1976 v Innsbrucku. Připomenul, že také listopadové zasedání Československého olympijského výboru se zabývalo stavem přípravy čs. sportovců na ZOH 1976. Předseda ÚV ČSTV a ČSOV Antonín Himl hodnotil stav příprav v lyžařských disciplínách kladně až na některé výjimky (sdruženáři a sjezd žen).

K plánu činnosti na rok 1975 ing. M. Fiala podtrhl, že základní úkoly jsou v plánu činnosti výboru svazu rozpracovány do konkrétních úkolů

podle jednotlivých úseků činnosti. Staly se základem pro rozpracování konkrétních plánů komisí výboru a úseků závodních disciplín. Plány komisí a úseků jsou postupně projednávány na zasedáních předsednictva.

Předseda výboru svazu lyžování ÚV ČSTV Karel Smola v úvodu jednání zdůraznil, že uplynulá lyžařská sezóna 1973—74 byla pro ČSSR dosud nejúspěšnější zásluhou dobrých výkonů závodníků a závodnic, svědomité a neúnavné práce trenérů a lyžařských činovníků. Výsledky na mistrovství světa 1974 zavazují k ještě náročnější přípravě na ZOH 1976 v Innsbrucku, pro které si vytkl svaz lyžování ČSTV směle cíle: jednu medaili v závodech běžců a jedno umístění do 6. místa, stejně jako v závodech běžkyň a skokanů, dále umístění do 6. místa v závodech sdruženářů a sjezdařů.

V diskusi vystoupil také člen sekretariátu ÚV ČSTV šéfred. Jaromír Tománek, který poděkoval lyžařům za dobrou reprezentaci a dobrovolným činovníkům za obětavou práci pro rozvoj čs. tělovýchovy a lyžování. Zdůraznil, že i tělovýchovu v jubilejním roce 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou čekají významné úkoly, pro lyžaře je navíc posledním rokem v předolympijské přípravě. Připomenul, že nejen vedení naší tělovýchovné organizace, ale i široká veřejnost je přesvědčena, že to budou právě lyžaři, kteří na ZOH v Innsbrucku dosáhnou vynikajících výsledků a přivezou nejvíce medailí.

„Na prstech jedné ruky lze spočítat, že to nemůže být nikdo jiný,“ řekl J. Tománek. „Domnívám se, že pro zajištění předolympijské přípravy byly ze strany řídicích orgánů tělovýchovy vytvořeny optimální podmínky. Troufám si říci, že takové dosud nebyly. Bylo a je věcí svazových orgánů, zvláště pak trenérských kolektivů, jak podmínky využily. Dnes se již nepůjde vmlouvat, že to či ono nemáme. O našem úspěchu nyní rozhoduje politická, morálně volní i lidská vyspělost a kvalita odpovědných trenérů a závodníků. Pravda, i jedinec má právo selhat, avšak nikoli náš lyžařský sport. Nezapomínejme přitom, že to, co stačilo na dobrý výsledek včera (např. na mistrovství světa), to je dnes už málo. Naši soupeři nespí, spíše naopak.“ V závěru pak vyzdvíhl, že všichni členové vrcholných orgánů lyžování mají plnou a oprávněnou důvěru vedení ústředního výboru, který na ně spoléhá a je přesvědčen, že dosáhnou vynikajících výsledků jak v masovém rozvoji lyžování, tak i ve špičkových výkonech.

V závěru společného plenárního zasedání bylo schváleno usnesení, které stanovilo úkoly na rok 1975 a určilo také v pětiletém plánu rozvoje lyžování na léta 1976—1980 konkretizovat cíle, kterých je třeba dosáhnout v kvalitě a účinnosti tělovýchovného procesu.

Po skončení společného pléna se v Brně konala plenární zasedání výborů svazu lyžování ČÚV ČSTV a SÚV ČSTV.

JAROSLAV TROUSIL

Lyžaři zahajují spartakiádní soutěže

Lyžaře v jubilejním roce 30. výročí osvobození ČSSR Sovětskou armádou čeká významný úkol. Zahajují zimní část sportovních soutěží Československé spartakiády 1975. Mistrovství ČSSR v klasických a sjezdových disciplínách bude úvodem pestrého pořadu spartakiádních soutěží řady sportovních odvětví. O mistrovské tituly v klasických disciplínách se bude bojovat 5.—11. února v Liberci na Ještědu a v Jizerských horách se střediskem v Bedřichově. Na tyto závody navazuje mistrovství ČSSR ve sjezdových disciplínách v Harrachově a Rokytnici nad Jizerou. Oba závody budou nejen významnou sportovní, ale i společenskou událostí.

Již v říjnu loňského roku organizační výbor mistrovství ČSSR v klasických disciplínách zahájil přípravu této významné události, jejímž úvodem bude slavnostní nástup všech účastníků na náměstí v Liberci. Okresním svazům lyžování v Liberci a Jablonci nad Nisou významnou měrou pomáhají stranické a místní orgány. Předsedou organizačního výboru je místopředseda ONV Liberec Karel Zikeš, místopředsedy předsedy OV ČSTV Liberec Josef Fritsch a OV ČSTV Jablonec nad Nisou Oldřich Přeučil. Členy sekretariátu jsou nejlepší lyžařští činovníci obou okresů soudruzi Bohumil Petráček, Jiří Čadek, PhMr. Zdeněk Tamele, Miloslav Bělonožník, Oldřich Novotný a Vladimír Plíva. Ustaveny jsou také jednotlivé komise: organizační, propagační, ubytovací, stravovací, zdravotní, dopravní atd. Ve vedení je také zástupce Svazu lyžování ČSTV místopředseda VSL - ÚV ČSTV Ing. Miloslav Fiala. Organizační výbor připravuje vydání zvláštního odznaku k mistrovství ČSSR. Stejně svědomitě je zajišťováno i mistrovství ČSSR ve sjezdových disciplínách. Oba závody budou velkým svátkem čs. lyžování.

O SPARTAKIÁDNÍ VLOČKY NO SLOVENSKU

Stejně jako Svaz lyžování ČÚV ČSTV, tak také Svaz lyžování SÚV ČSTV připravil náborové soutěže o „Spartakiádní vločky 1975“. Jsou pořádány pro děti mladšího školního věku ve slalomu ve dvou kategoriích — děti 6—7 let a 8—9 roků. Ve slalomu se bojuje o „Spartakiádní vločky“ od základních kol přes okresní a krajské až po celoslovenské spartakiádní mistrovství. To se bude konat 1.—2. března v Mlynkách. Délka slalomové tratě nemá přesahovat 150 metrů, výškový roz-



díl 25 metrů a branek má být nejvíce 15.

Běžecský úsek předpokládá podchyacení zájmu v místních a oddílových kolech běžných mistrovských soutěží. Součástí spartakiádního soutěžení jsou také okresní a krajská kola. Důraz se klade především na účast mládeže. Na programu jsou závody na 1, 2, 3 a 5 km podle věkových kategorií žactva a dorostu.

Příprava ZOH 1976

Organizační výbor XII. zimních olympijských her 1976 v čele s předsedou dr. Fredem Sinowatzem, rakouským svazovým ministrem školství a kultury, a místopředsedou dr. Aloisem Luggerem, starostou města Innsbrucku, pečlivě připravuje tuto významnou mezinárodní sportovní přehlídku. Olympijské město počítá s tím, že na ZOH přivítá 1700 akreditovaných novinářů. Stejně jako v roce 1964 i tentokrát bude ústřední tiskové středisko. Bude se nalézat ve velké hale cestovní kanceláře a komplexu budov pedagogické akademie, které jsou ve výstavbě a budou dokončeny letos v létě.

Všechny stavby budou účelně zařízeny, ale bez luxusního vybavení. Mnohem větší důraz klade organizační výbor na dobrou telefonní a telexová zařízení. Těm je věnována mimořádná péče, stejně jako vybavení televizních studií. Čtyři se připravují pro Eurovízi, po jednom pro americkou televizní společnost ABC a pro kanadskou. Poprvé při zimních olympijských hrách mají být televizní vysílání od rána až do půlnoci. Kromě toho na všech stanovištích budou vedlejší tisková střediska, jak tomu bylo v Sapporu i Grenoblu.

Upřesňovány jsou i oba můstky pro závod ve skoku. Přestavba velkého můstku na Bergiselu byla dokončena v prosinci a vyzkoušena při Intersportturné. Můstek má novou betonovou nájezdovou věž a normový bod 86 m (dosud byl 81 m). Tabulkový bod je 95 m (89 m) a kritický bod 104 m (dosud 96). Koncem října loňského roku provedl kontrolu jeho úpravy čs. technický delegát FIS Miloslav Bělonožník a vyslovil se pochvalně o svědomité přípravě organizátorů na ZOH. Střední můstek v Seefeldu bude mít nový profil sněhovou úpravou. Normový bod je 68 m, tabulkový 75 m a kritický bod 82 m.

Olympijské tratě vyzkoušejí lyžaři při testovacích závodech o „Lyžařské trofeje spořitelny“ koncem ledna a začátkem února. Prvním z nich je sjezd žen na trati Hoadl-Lizum 24. ledna, patříce do Světového poháru. V neděli 26. ledna se koná sjezd mužů na olympijské trati Patscherkofel-Igls, který je rovněž součástí Světového poháru. V pátek 31. ledna je na pořadu běh žen na 10 km, v sobotu 1. února běh mužů na 15 km a skoky pro závod sdružený v Seefeldu, v neděli 2. února štafeta žen 4x5 km, druhá část závodu sdruženého — běh na 15 km a závod ve skoku na středním můstku v Seefeldu, v pondělí 3. února štafeta mužů 4x10 km, ve čtvrtek 6. února biathlon a v sobotu 8. února biathlonová štafeta. Závodů se zúčastní i čs. reprezentanti.

Další krok ke sjednocení výuky lyžování v ČSR

Ve dnech 14. a 15. listopadu 1974 konala školská komise výboru svazu lyžování ČÚV ČSTV ve Staré Boleslavi seminář, kterého se zúčastnili také předsedové komise výuky a školení a komise mládeže výboru svazu lyžování, zástupci oddělení lyžování katedry sportů a pobytu v přírodě FTVS a komise lyžování Výzkumného ústavu pedagogického. Cílem semináře bylo prodiskutování obsahu lyžařského výcviku mládeže, jak ho instituce na semináři zastoupené provádějí.

V průběhu semináře byla přednesena řada referátů a ukázalo se, že na problematice lyžařské výuky členové školské komise usilovně pracují a že se dostávají určité výsledky. Je snaha využít poznatků ze současné teorie motorického učení, jak to např.

prezentovali pracovníci z FTVS ve svém návrhu na členění lyžařského výcviku.

Ukázalo se, že na pojetí a obsah tzv. základního lyžařského výcviku je shodný názor, že se však objevují i nadále určité názorové rozdíly v oblasti výcviku zatáčení ve speciální a vrcholové etapě výcviku.

Bylo zdůrazněno, že důležitým krokem k dalšímu sjednocení názorů je nutná vzájemná a plná informovanost. Bylo proto dohodnuto, že na ústřední školení a akce ministerstva školství budou zváni zástupci komise výuky výboru svazu lyžování ČÚV ČSTV a zase na ústřední školení VSL ČÚV ČSTV budou zváni zástupci složek MŠ. O získaných poznatcích budou pak informovat a předávat zkušenosti shod-

ně jak v oblasti MŠ (na výuce posluchačů FTVS a školení pedagogických pracovníků) a obdobně ve školeních cvičitelů.

Školská komise pak přijala novou koncepci lyžařského výcviku na FTVS jako základ výukové práce s mládeží a doporučuje ji všem složkám lyžařského výcviku mládeže provádějícím. V dalším jednání doporučí účastníci semináře návrh školské komise na specifikaci lyžařské výzbroje pro mládež podle věkových stupňů a projednají potřeby škol při organizaci lyžařských výchovně výcvikových zájezdů škol I. a II. cyklu. O obou těchto tématech bude školská komise podrobně informovat veřejnost v časopise „Tělesná výchova mládeže“.

Dr. VLADIMÍR KOVARÍK, CSc.

80 let bílou stopou

Budete-li projíždět v zimě kolébkou českého lyžařství a turistiky — Jilemnicí, nezapomeňte se zastavit v budově jejího moderního Kina 70. Čeká tam na vás pěkná výstava, věnovaná 80 letům organizovaného lyžování v tomto městečku.

Byla otevřena 30. listopadu 1974 u příležitosti slavnostního shromáždění na počest 80. výročí založení nejstaršího lyžařského klubu v ČSSR. Kdybyste chtěli vědět všechno o bohaté historii Českého krkonošského spolku SKI Jilemnice, museli byste prolistovat pět velmi silných knih zápisů, psaných krásným kaligrafickým písmem a nádhernou, klasicickou češtinou. Nechybí v nich od roku 1894 ani jediný zápis. Jilemničtí strážili tyto dokumenty jako oko v hlavě a nikomu je nechťejí půjčit, chtěl bych vám alespoň ve zkratce napsat, jak to tehdy v Jilemnicích všechno začínalo a pokračovalo.

Vraťme se však ještě o několik roků zpět. Ve dnech 2.—3. března 1892 řídící učitel Jan Buchar z Dolních Štěpanic a jeho přítel Václav Kocourek, lesník na Janově hoře, podnikají první výlet na hřebeny Krkonoš a jdou po místech, kam česká skí dosud nevstoupila. Přespali u hlídače na Labské boudě a druhý den přes Vysoké kolo a Petrovku sjeli do Špindlerova Mlýna. Jan Buchar byl tak okouzlen krásou Krkonoš, že se stává zakladatelem a propagátorem české zimní i letní turistiky. Učí děti jezdit na skí.

Ale ani v Jilemnicích mladí skiači nezahálejí a pilně lyžaří v zámeckém



Bohumil Hanč patřil k neúspěšnějším jilemnickým závodníkům před první světovou válkou. Zahynul při závodě na 50 km v Krkonoších na velikonoční pondělí 24. března 1913 ve sněhové bouři.



Loni v listopadu napadlo v Krkonoších hodně sněhu, takže lyžařská sezóna brzy začala. Takhle to vypadalo pod Mísečkami.

parku. Počet nadšenců pro tento sport neustále vzrůstá. A tak na podzim roku 1894 dochází k založení dnes nejstaršího „lyžeckého“ sdružení v Čechách — Českého krkonošského spolku SKI v Jilemnicích. Jenže rakousko-uherská byrokracie schválila stanoviny spolku výnosem c. k. místopředsedatele až 5. dubna 1895 pod č. j. 38598 a první valná hromada se konala 25. října 1895. 28. října se konala první výrovní schůze, na níž předseda Rudolf Kazda mimo jiné navrhuje, aby byly založeny spolkové knihy s tím, že je pánové jednatel a pokladník zakoupí za své. Oba bez nejmenšího protestu svolili. Předseda potom navrhuje, aby byl pořízen spolkový prapor a sám se nabízí, že věnuje látku. Prapor se bude připevňovat na tyč v prostoru společného sežďení na skí. Na první členské schůzi 2. prosince 1895 byl na její závěr ponejprv použit pozdrav „Ať to frčí“. Jím pak jsou ukončovány všechny zápisy a je také vyšíván na praporu.

První závody se konaly 24. února 1895 na Kozinci a prvním vítězem byl František Mládek. On a Hynek Bedrník jeli na závody do pražské Stromovky, kde 19. ledna 1896 se konal závod o mistrovství Království českého. Ale spravedlivě se spolu s jilemnickými příznivci rozzlobíme, protože o vítězství Bedrníka není vůbec v žádném časopise českém zpráva, naopak referát si můžeme přečíst v německém Spiel und Sport, vycházejícím ve vzdáleném Berlíně.

Na výborové schůzi 23. ledna 1896 čte předseda pozvání závodníků SKI Jilemnice na závody v bavorském Mnichově. Mládek a Bedrník mají velký zájem na závodech startovat, jenže předseda jim oznamuje, že spolková kasa je prázdná. To však ještě znamená, že první zahraniční start českých skiačů je neuskutečnitelný. A když necelý týden před závodem ještě hodně peněz chybí, učiní se rychlé rozhodnutí — ve dnech 4. a 5. února se půjde prosit o podporu ke známým a zámožným pánům. Prošel i sám předseda. Sbírká nakonec je úspěšná — 50 zlatých se podařilo dát dohromady — ještě úspěš-

nější byli oba závodníci. Telegram říká: Bedrník při I. jízdě 2., při II. 1. Mládek při II. jízdě 2. První vítězství českého lyžaře v historii tohoto sportu! Po návratu podstoupili oba závodníci triumfální cestu z nádraží do hostince „U bílé růže“. Slavnostní intrády vítají oba závodníky při vstupu do místnosti, hlasitě „Nazdar“ a



„Ať to frčí“ se neustále ozývalo. Další přátelská zábava se konala na Kozinci a... potěšitelné bylo, že v hojném počtu se dostavily bodré a spanilé dámy.

Týden po slavném mnichovském vítězství se konají na Zálém další závody. Jsou přístupné pro všechny amatéry země koruny české. Bedrník vítězí i v úchvatné rychlojízdě a stal se tak současným nejlepším českým skiačkem.

V březnu téhož roku je na XIII. výrovní schůzi projednáván lístek Českého ski klubu Praha. Navrhuje v něm jilemnickým vytvoření České jednoty skiačské a po jejím vytvoření přistoupit k Rakouské jednotě skiačské. Jilemničtí prokázali znovu své češství... k české jednotě skiačské přistoupíme, k rakouské nikdy! Čas již pokročil tak daleko, že si náš národ vymáhá ve všem a všudy svoji samostatnost. Proto ani ve sportu nechceme být závislí na Němce.

Při desetiletém výročí založení SKI Jilemnice, to již byl jeho předsedou Jan Buchar, se koná první distanční závod na trati 50 km. Jel se na trati Vysoké nad Jizerou—Labská bouda—Jilemnice ve dvou dnech 2.—3. února. Prvním vítězem se stal Josef Kraus z Horních Štěpanic. V té době byl již držitelem rekordního skoku na lyžích výkonem 15,5 m z roku 1897. Od roku 1906 až do roku 1913 se jezdí

každoročně padesátka na trati Sněžka (Obří bouda)—Jilemnice.

Dne 24. března 1913 zahynul v závodu na 50 km ve velikonoční vánici Bohumil Hanč, rodák z Benecka, který již sedm let oblékal dres SKI Jilemnice. Plných sedm let porážel nejlepší německé a norské lyžaře. Mohyla na Krkonoši připomíná stále hrdinství mladého sportovce a jeho věrného přítele Václava Vrbaty. Jilemničtí lyžaři Bedrník, Mládek, Prokop, J. A. Kubát, Mejwald, Feistauer, Hevák a Vondrák šířili slávu tohoto sportu po celé Evropě. Teprve první světová válka přerušila činnost jilemnických skiaáků. Po ní nastává však další rozvoj našeho sportu.

Z dalších dochovaných dokumentů se dozvídáme, že v roce 1924 se konaly v Jilemnici závody dětí všech škol bývalého okresu. Cílem na náměstí jich projelo přes 600! V roce 1930 pořádá Jilemnice mistrovství ČSR. Zúčastnilo se jej nejen velké množství závodníků, ale i diváků z celé naší vlasti. S úpravou velkého skokanského můstku pomáhal známý Sigmund Ruud. Zajímavostí můstku bylo, že skokan se rozjížděl na kataru obce Víchová, na hranicích Hrabačova se vznesl do vzduchu a přistál na území třetí obce — Dolních Stěpanic.

Těsně před druhou světovou válkou přichází na gymnasium v Jilemnici mrklavský rodák Jaroslav Cardal. Denně osm kilometrů do školy a osm kilometrů zpět. V zimě pocho-pitelně na lyžích. Má veliký talent, ale daleko větší píli a vytrvalost. Brzy se stává členem SKI. Když v roce 1947 projíždí jako vítěz cílem své první padesátky ze Špindlerova Mlýna do Jilemnice, je mu 28 let. Pak své vítězství ještě dvanáctkrát opakoval. To se nepodařilo žádnému lyžaři na světě!

Zbývající léta jsou jen nedávnou minulostí. Po nedostatečně promyšlené reorganizaci vzniká v čtyřtisícové Jilemnici pět tělovýchovných jednot, zájmy se třídí. Tento stav netrvá našťástí dlouho, v letech 1954—56 se činnost opět zintenzivňuje a dnes již opět Jilemničtí patří k nejaktivnějším našim oddílům zejména v práci s mládeží. Vždyt zde vyrostli například Eva Paulusová, Benešová, Jar. Honců, Fajstavr a nositel stříbrné medaile z Falunu Standa Henych také od dorostu za Jilemničtí závodil.

JAN KUBÁT

Rožnovští lyžaři

Sjezdaři TJ Rožnov v loňském roce pokračovali v úpravě svého střediska Čarták již od dubna a k 31. říjnu 1974 členové a příznivci lyžařského oddílu odpracovali 9450 brigádnických hodin. Většina prací byla provedena zdarma. K dosavadním pětisetmetrové sjezdovce přibyla nová lyžařská dráha 700 m, byly rekonstruovány tři vleky a postaven další. Bylo vybudováno nové osvětlení, které má sloužit nejen při tréninku členů lyžařského oddílu, ale i rekreačním lyžařům. -bor-

Nové pravidlo 26 MOV

V roce 1972, krátce před ZOH v Sapporu, se vyhrotil spor o olympijské kvalifikaci mezi lyžařskou federací FIS a MOV natolik, že šlo o bytí či nebytí lyžařského sportu v rámci ZOH. Tehdejší předseda MOV Avery Brundage hrozil vyloučením lyžařského sportu z olympijských her. Jak známo, FIS se podařilo za cenu oběti jednoho ze svých závodníků, sjezdaře Karla Schranze, zachránit účast lyžařů na ZOH. Federace se nechtěla rozjet s MOV kvůli jedinému závodníku, bytí šlo o sjezdaře mimořádných kvalit a velké obliby u lyžařské veřejnosti.

Po Sapporu zahájila FIS, podporována mnoha mezinárodními sportovními svazy (MSS), ostrou kampaň za revizi pravidla 26 MOV o olympijské kvalifikaci, v novinářské mluvě označovaného jako „amatérský paragraf“. Odchodem Avery Brundage z funkce předsedy MOV a jeho vystřídání liberálnější a přizpůsobivějším lordem Killaninem se atmosféra v jednáních o otázce olympijské kvalifikace mezi MOV a FIS resp. MSS uklidnila a průběh jednání o celém komplexu neobyčejně složitých otázek nabyl věcného charakteru. Podařilo se MOV přesvědčit, že definice amatéra z dob skromných výkonů, přiležitostných tréninků a polovičatosti v přípravě závodníka, se v mezidobí stala směšným anachronismem. V několika konzultacích s MSS, při kterých zástupci FIS vykonali kus záslužné práce pro nerušený další rozvoj závodního lyžařského sportu, připravil výkonný výbor MOV návrh novely pravidla 26 pro 75. zasedání MOV, uskutečněné ve dnech 16.—26. října 1974 ve Vídni.

Vídeňské zasedání schválilo navrhané nové znění pravidla 26 (amatérské pravidlo) a tím uzavřelo několik let trávající neklidné období spolupráce mezi MOV a MSS. Nové pravidlo vstoupilo v platnost ihned. Je kompromisem, ani autoři, ani MSS s ním nejsou zcela spokojeni, bude však mít dalekosáhlý význam pro mnohé MSS a také pro FIS, zejména v otázce zajišťování finanční báze pro provádění závodního lyžařského sportu mnoha jejich členů.

Podle nového pravidla, formulovaného ve dvou odstavcích, je sportovec oprávněn startovat na olympijských hrách, pod podmínkou, že

1. dbá a dodržuje pravidla a předpisy MOV, jakož i pravidla a předpisy své mezinárodní federace, schválené MOV, a to i tenkrát, jsou-li tato pravidla přísnější nežli pravidla MOV;

2. nikdy nepřijal finanční odměnu, ani nezískal materiální prospěch v souvislosti s prováděním svého sportu, s výjimkou případů, které připouští prováděcí předpisy k tomuto pravidlu.

Poprvé v historii olympijského hnutí zajišťují kvalifikační pravidla MOV sportovci právo k náhradě mzdy za ztrátu na výdělek v době tréninku, které ovšem nesmí přesahovat jeho průměrný výdělek. Novinkou je také, že nebyla fixována délka tréninku, což prakticky znamená, že sportovec je oprávněn trénovat neomezeně dlouhou dobu.

Daleko důležitější se zdá být přijetí čl. 2 (b) prováděcích předpisů k pravidlu 26, podle kterého smí závodník propůjčit svou osobnost, své jméno, fotografie nebo sportovní výkon k reklamním účelům toliko pod podmínkou, že jeho mezinárodní sportovní federace, národní olympijský výbor, nebo národní sportovní svaz k tomu účelu uzavře dohodu o patronátu nebo výbroji. Veškeré platy podle takové dohody musí být prováděny příslušné mezinárodní sportovní federaci, národnímu olympijskému výboru nebo národnímu sportovnímu svazu a nikoli přímo závodníkov.

Velmi obsáhlé prováděcí předpisy k pravidlu 26 obsahují celou řadu dalších předpisů. Jedním z nich je ustanovení, které jednoznačně rozhodlo dlouhá léta přetrvávající spor o tom, zda sportovec profesionál v jednom sportu může startovat na OH jako amatér v druhém sportu. Existuje jen absolutní amatér. Předpis výslovně říká, že OH se nemohou zúčastnit sportovci, kteří v některé jiné disciplíně závodí jako profesionálové. Vyloučení z účasti na OH jsou také sportovci, kteří uzavřeli profesionální smlouvu s právní účinností po OH, jako tomu bývalo častokrát kupř. u krasobruslařů.

Nové pravidlo o olympijské kvalifikaci, o kterém bylo ve velmi zhuštěné formě pojednáno, přináší málo nového ve srovnání s tím, co v jistém omezeném rozsahu bylo v závodním lyžařském sportu již řadu let praktikováno. Nicméně, oficiální uznání ze strany MOV nepochybně posílí pozici FIS, zejména pak pozici Světového poháru ve sjezdových disciplínách vůči profesionálnímu sportu, neboť ožehavá otázka financování sjezdového sportu doznala praktického řešení. Otázka amatérismu v lyžařském sportu uzavře a novelizaci čl. 209—215 Mezinárodního soutěžního řádu FIS provede 30. kongres FIS, který se seje v San Francisku ve dnech 25.—31. května 1975.

DR. OTTO KULHÁNEK



Stanislav Henych po skončení přípravy na Misečkách.

NEVADÍ, ide sa ďalej

Bolo dobré a poučné počúvať názory predsedov krajských, mestských a okresných komisií základného lyžovania z celého Slovenska, ktorí sa zišli v novembri v Starom Smokovci. Na aktíve premieňali na drobné úlohy, ako ich vytýčilo IV. plenárne zasadanie ÚV a SÚV ČSZTV.

Lyžiarski cvičitelia sú odhodlaní a pripravení nielen viesť svojich zverencov k zvyšovaniu výkonnosti, učiť ich lyžovať, ale hlavne — vychovávať a spolupôsobiť pri vytváraní osobnosti mladého človeka, poctivého občana. K tomu využijú skutočnosť, že sú to oni — cvičitelia — čo žijú so svojimi zverencami celé hodiny denne, že im cvičenci neobmedzene dôverujú a hľadajú v nich svoj vzor. Dobré to vyjadril vo svojom úvodnom prejave predseda komisie základného lyžovania Lyžiarskeho zväzu SÚV ČSZTV Martin Vápeník: „Vieme, že sme nielen cvičiteľmi, ale v prvom rade vychovávateľmi. Vieme pritom, že v dnešnom svete plní telovýchova a šport významné politické poslanie. Poskytuje možnosť dokázať prednosti nášho socialistického systému telovýchovy pred systémom kapitalistickým. A k tomu chceme aj my prispieť.“

Na aktíve prijali úlohy vedúce cvičiteľov k osvojovaniu si odborných a pedagogických schopností. Priam nástojčivo si to vyžaduje náročnosť a úspešnosť telovýchovného procesu. Pravda, túto úlohu môžu plniť len v súčinnosti s ostatnými funkcionármi a pracovníkmi vytvárajúcimi spoločenské a materiálne podmienky, pôsobiace na formovanie čít osobnosti. Cvičiteľ a tréner je síce hlavným činiteľom výchovného procesu, no nie jediným. Len vo vzájomnej spolupráci, vysokej úrovni všetkých pôsobiacich činiteľov je zaručený dobrý výsledok.

V priebehu rokovania však bolo tiež počut hlasy signali-

zujúce určité pochybnosti o postavení cvičiteľov v súčasnom štádiu ich riadenia. Mnohí sa domnievajú, že na Slovensku došlo k oslabeniu — iste prechodnému — v celom systéme práce v základnom lyžovaní. Podľa názoru účastníkov aktívy rezultuje z nedostatočnej starostlivosti o tento úsek zo strany výboru Lyžiarskeho zväzu SÚV ČSZTV. Majú pocit, že sú zaradení kdesi na periférii záujmov. Podľa ich názoru sa až príliš preferuje výkonnosť, pretekárske lyžovanie na úkor masového rozvoja tohto športu. Tento názor vychádza — okrem iného — aj z niektorých organizačných opatrení pri zriaďovaní športových stredísk mládeže, športových tried, v ktorých je vplyv cvičiteľov do značnej miery obmedzený, ak nie priam vylúčený. Tieto opatrenia sa cvičiteľov bezprostredne dotýkajú. Veď to boli oni, resp. komisia základného lyžovania Lyžiarskeho zväzu SÚV ČSZTV, čo začali iniciatívne a za ťažkých podmienok organizovať prvé tzv. lyžiarske školy na školách prvého stupňa.

Za niekoľko rokov sa dopracovali k dobrým výsledkom. Teraz, keď boli športové triedy a športové strediská postavené na pevnú ekonomickú bázu a hlavne, keď je možné trénerov za pôsobenie v týchto strediskách slušne odmeňovať, začali sa o vec zaujímať.

AJ KEĎ JE MOŽNÉ

s týmto názorom a stanoviskom polemizovať, ostáva faktom, že často vynikajúci cvičiteľ, s bohatou pedagogickou praxou, s úspešnou činnosťou za sebou, je vedľa aj menej schopného trénera III. triedy v nevýhode, pokiaľ ide o odmeňovanie.

Bolo by len žiadúce, aby sa zotrelí kríklivé rozdiely a význam cvičiteľa bol aj po tejto stránke dostatočne vyjadrený, aspoň tak, ako je zvýraznený u trénerov.

Napriek určitému pocitu krivdy však lyžiarski cvičitelia, tak ako vždy v minulosti, chcú svojím postojom a zameraním činnosti i odhodlaním plniť úlohy vytýčené riadiacimi orgánmi ČSZTV, stať v radoch progresívnych činiteľov. Výsledky ich porady to jednoznačne potvrdili.

KAROL EIDLPEŠ

Dobrá práca východočeských lyžařů

Plénium výboru svazu lyžování v Hradci Králové na svém zasedání 23. listopadu projednalo rozvoj výkonnostního lyžování a kvality telovýchovného procesu ve svém krajském svazu. Pečlivě zpracovaný materiál, přednesený předsedou inž. Bancířem, dokumentoval skutečnost, že v tomto kraji je lyžování věnována velká pozornost a dobré výsledky se projevují. Byly zhodnoceny přípravy k nastávající sezóně, jak přebornických soutěží, tak i akcí k 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou (velký sjezdový „Závod osvobození“ 27. dubna s mezinárodní účastí v Obřím dole) a k Československé spartakiádě 1975.

S hodnotným diskusním příspěvkem vystoupil předseda krajské politicko-výchovné komise Stanislav Štefan. Zdůraznil, že v nadcházející lyžařské sezóně vstupujeme do třicátého roku svobodného socialistického Československa. Celá naše vlast bude slavít třicáté výročí těchto dějinných dnů. Budeme si připomínat nezměnné hrdinství a obětavost národů Sovětského svazu, které přinesly nesmírné oběti v boji za osvobození naší vlasti. Neoddělitelnou součástí oslav 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou bude Československá spartakiáda 1975. Cílem spartakiády je

především přispět k rozvoji masové tělesné výchovy. Spartakiáda proto není pouhou telovýchovnou slavností, ale záležitostí mimořádného politického i kulturního a proto celospolečenského významu.

Lyžaři Východočeského kraje se rovněž zapojí do hromadných spartakiádních vystoupení a sportovních soutěží. Ve spartakiádním roce proběhne lyžařská soutěž dětí a mládeže o „Spartakiádní vločky 1975“. Této soutěže by se mělo zúčastnit co nejvíce lyžařské mládeže — nezávodníků. Dále to budou spartakiádní soutěže okresů i kraje na počest Československé spartakiády pro aktivní lyžaře-závodníky.

Jelikož nelze oddělit činnost sportovní a výcvikovou od politicko-výchovné práce, zabývá se předsednictvo krajského svazu lyžování a jeho politicko-výchovná komise trvale stavem a účinností politicko-výchovné práce v jednotlivých okresech a oddílech, organizuje a kontroluje závazkové hnutí. Na řadě okresů a oddílů je vidět, že jejich přihlášky a aktivní účast v soutěži o „Vzorný oddíl“ vycházejí podstatně více z cílevědomé práce okresních svazů než z řídicí práce telovýchovných jednot. Stav soutěže o titul „Vzorný oddíl“ ve Východočeském kraji je celkem dob-

rý až na okresy Svítavy a Hradec Králové, od nichž politicko-výchovná komise nedostává žádné zprávy. V poslední chvíli došla zpráva z lyžařského oddílu Spartaku Hradec Králové.

Celkem soutěží o titul „Vzorný oddíl“ ve Východočeském krajském svazu lyžování 43 oddílů. Titul získalo již 39 oddílů, z toho tři I. stupně, 6 oddílů II. stupně a 30 oddílů III. stupně. Nejvíce „Vzorných oddílů“ mají okresy Semily a Pardubice po 8, Trutnov a Ústí n. Orlicí po 6. Nejlepší pracující politicko-výchovnou komisi má okresní svaz v Pardubicích.

Osvědčila se spolupráce oddílů s PO a SSM, jakož i s MNV, případně s ONV. Pro nastávající sezónu si východočeskí lyžaři dali za úkol zkvalitnit politicko-výchovnou práci ve všech úsecích a zvýšit účinnost jejího působení v telovýchovném procesu na každého člena organizace. Je třeba vychovávat naše závodníky a mládež ke skromnosti, vytrvalosti a obětavosti. Vzorem nám vždy budou naši krkolnoští hrdinové lyžařského sportu Bohumil Hanč a Václav Vrbata.

Plenární zasedání východočeských lyžařů mělo hodnotnou náplň. Budou-li takto dobře zajišťovat všechny úkoly nové sezóny, budou právem příkladem lyžařům z ostatních českých krajů.

J. ČEHOVSKÁ

JAK SE ODRÁŽÍ

H. G. Aschenbach

Odras skokana na lyžích je považován za nejdůležitější fázi skoku. Správné provedení odrazu vytváří předpoklady pro úspěšný průběh letové fáze. Vysoká náročnost odrazové fáze skoku na techniku provedení pohybu je dána časovým a prostorovým průběhem pohybu (průměrná dráha, po níž probíhá odraz, se pohybuje kolem 4–6 m, což při vysokých rychlostech kolem 90–100 km/hod. představuje trvání pohybu přibližně 0,18–0,25 sec.). Ve velmi malém časovém intervalu a ve velké rychlosti musí skokan realizovat pohyb, jehož účelem je:

— přejít co nejrychleji z nájezdového postavení na začátku odrazu do postoje, který umožňuje zahájit letovou fázi skoku,

— udělit těžišti těla rychlost ve vertikálním směru k rovině opory (kladně ovlivnit elevační úhel výsledného vektoru rychlosti na konci odrazu),

— získat v průběhu odrazu rotační moment (rotace směřuje proti směru odporu prostředí), který umožní skokanovi co nejrychleji zaujmout polohu pro let vzduchem a v průběhu letu udržet a korigovat optimální polohu těla a lyží vzhledem k průběhu křivky letu,

— respektovat aerodynamické hledisko provedení odrazu, tj. vzhledem k anatomickým možnostem co nejdříve přizpůsobit polohu těla působícímu odporu prostředí (snaha o minimální ztrátu rychlosti).

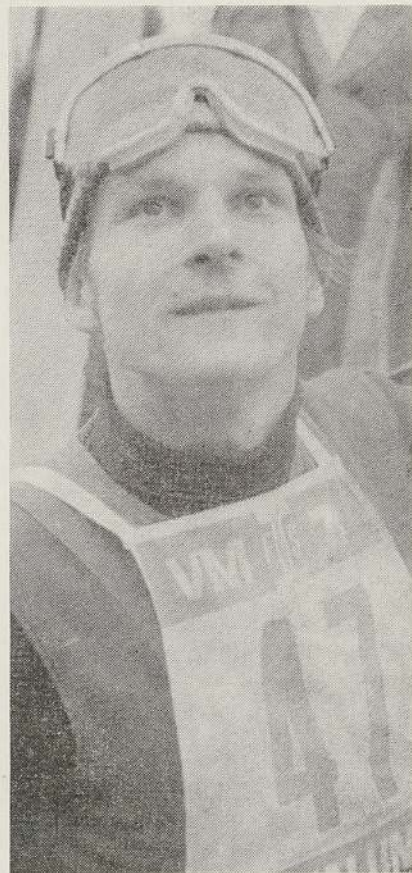
Technicky správné zvládnutí odrazu vyžaduje vysokou úroveň tělesné připravenosti závodníka, především z hlediska jeho rychlostně silových pohybových schopností, zvláště odrazové schopnosti, odhadu doby zahájení pohybu, schopnosti adekvátním způsobem reagovat na měnící se skladbu působících vnějších sil, atd. Provedení odrazu bude také ovlivněno rychlostí jízdy skokana, normovým bodem můstku, konstrukcí můstku, skluzovými podmínkami i dalšími vlivy. Odpověď na otázku „jak se správně odrážet“, není vzhledem k velkému

mu množství proměnlivých faktorů, které ovlivňují provedení odrazu, snadná.

Z výsledků našich dosavadních výzkumů odrazové fáze skoku vyplývá, že provedení odrazu je variabilní ve vztahu k výkonnosti skokanů, normovému bodu můstku, rychlosti jízdy a je závislé na fyzických a pohybových předpokladech jedince. Odras každého jednotlivce lze posuzovat z hlediska jeho účinnosti ve vertikálním směru odrazu a z hlediska ztráty rychlosti, k níž dochází v průběhu odrazu (aerodynamické hledisko). U každého skokana je odraz individuální syntézou těchto dvou protichůdných požadavků na průběh odrazu. Analýza odrazu u jednotlivců umožní zajistit individuální pojetí techniky a v koncentraci s obecnými zásadami odrazu skokana získáme informace o přednostech, eventuálně nedostacích v provedení odrazu jedince. Tím získáme objektivní podklady k ovlivnění metodiky sportovního tréninku.

Na Tatranském poháru 1974 byla příležitost získat filmový záznam odrazu současného nejlepšího světového skokana H. G. Aschenbacha (dále jen HGA). S některými výsledky kinematické analýzy jeho odrazu vás chceme seznámit v našem příspěvku.

Z filmového záznamu, který byl pořízen frekvencí 98 obrázků za vteřinu, jsme ve skutečných časových a prostorových proporcích zakreslili jednotlivé polohy skokana v průběhu odra-



zu (obr. č. 1). Schematické znázornění polohy těla a jeho segmentů je totožné s postupem, používaným v našich předchozích výzkumech techniky skoku. Čísla u jednotlivých poloh značí počet časových intervalů mezi jednotlivými snímky (jeden časový interval je přibližně 1/100 sec.). Z překresleného průběhu odrazu jsme zhotovili cyklogram odrazu, zobrazující pohyb skokana ve vztázně soustavě lyžař—lyže (obr. č. 2). Na obr. č. 2 je vzhledem k větší přehlednosti znázorněna vždy každá čtvrtá poloha skokana. Průběh pohybu paží jsme zakreslili ve vztázně soustavě trup — paže (obr. č. 3). Schematické znázornění charakteristických fází odrazu skokana, vyjádřených v procentech celkové doby trvání odrazu, je zachyceno na obr. č. 4.

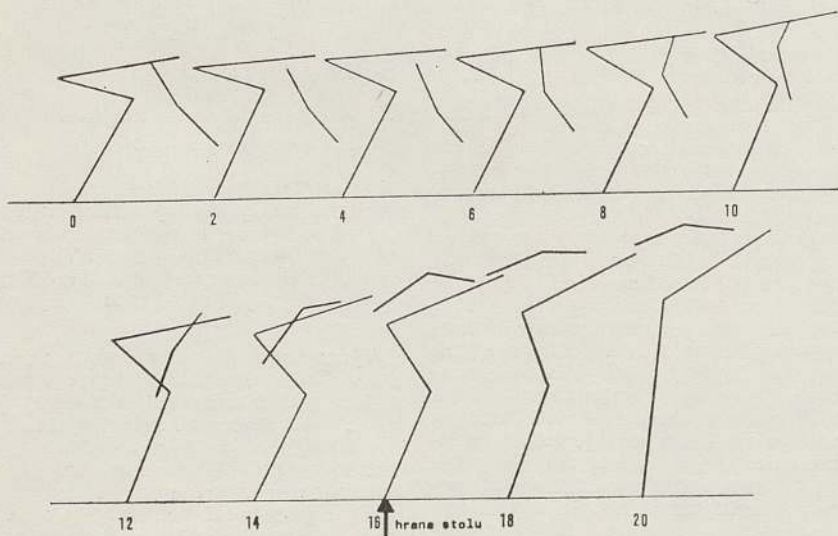
Z předložených výsledků kinematické analýzy odrazu HGA vyplývá:

— odraz HGA je plně v souladu s obecnými zásadami provedení odrazu skokana, které vyplývají z našich předchozích výzkumů,

— odraz HGA lze vzhledem k vertikální složce odrazu a pohybu těla směrem vpřed charakterizovat takto: Od začátku odrazu až do polohy 12 převažuje vertikální směr odrazu (tělo se pohybuje směrem kolmo vzhůru k podložce a těžiště těla získává rychlost ve vertikálním směru). Od polohy 12 vidíme výraznou změnu ve směru pohybu skokanova těla. Celé tělo se začíná pohybovat směrem dopředu ve směru pohybu.

— Oporová fáze odrazu činí 80 % a dopnutí nohou 20 % celkové doby trvání odrazu.

— Podle převažujícího směru odrazu můžeme oporovou fázi rozdělit do dvou časových úseků. Pohyb těla



Obr. 1: Poloha těla skokana na lyžích v různých fázích odrazu. Vztázná soustava skokan a lyže—rovina odrazového stolu.

(H. G. Aschenbach, TP 1974, P = 90 m, 1. kolo)

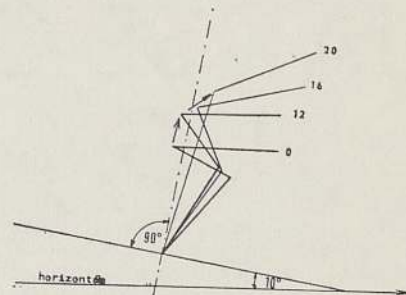
ve směru kolmém trval 75 % doby oporové fáze a ve zbývajících 25 % nastal výrazný pohyb celého těla směrem vpřed.

— Změny v rychlosti pohybu paží velmi těsně časově souvisí s pohybem celého těla. Ve fázi odrazu s převládajícím kolmým směrem pohybu (od začátku odrazu až do polohy 12) se paže pohybují nazad takřka rovnoměrným pohybem a úhel změny polohy paží připadající na 12 časových intervalů je 72° . Od 12. do 16. polohy nastává výrazné zrychlení pohybu paží, které během čtyř časových intervalů se přemístí o úhel 73° . Paže se tedy v poslední čtvrtině oporové fáze odrazu pohybují 3X rychleji než v předchozích třech čtvrtinách. Ve fázi dopnutí nohou je pohyb paží prakticky ukončen a úhlové změny polohy paží jsou minimální.

— Všimněme si zapojení paží do celkového pohybu skokana při odra-

nických zásad je využití kinetické energie doprovodného pohybu končetin neefektivnější tehdy, jestliže se končetiny pohybují ve směru výsledného pohybu a v okamžiku dokončení oporové fáze mají největší rychlost. V konkrétním případě odrazu HGA jsou tyto zásady dokonale splněny.

● Posuzujeme-li pohyb paží a trupu jako pohyb dvou navzájem propojených hmotných soustav, potom můžeme hovořit o jejich vzájemné závislosti. Otáčivý pohyb jedné části těla vyvolává otáčivý pohyb druhé části těla v opačném smyslu (velikost otáčivého účinku je však stejná). Protože hmota paží je ve srovnání s hmotou ostatního těla nepoměrně menší (v procentuálním vyjádření je hmota paží ve srovnání s hmotou ostatního těla v poměru přibližně 1:8), tak velmi rychlému pohybu paží odpovídá podstatně pomalejší pohyb celého tě-

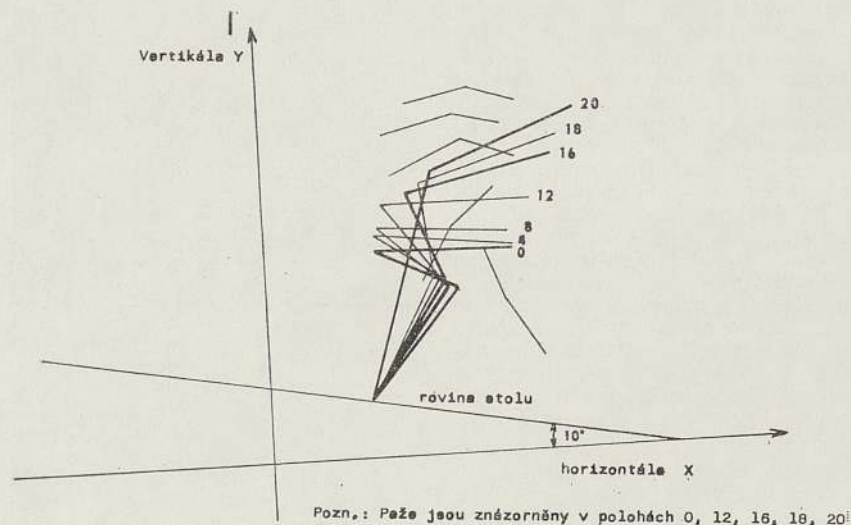


Obr. 3b: Poloha těla v různých fázích odrazu, vyjádřená ve vztažné soustavě lyžař—lyže.

velmi krátkém časovém úseku na vznik rotačního momentu.

— Odraz HGA je z technického hlediska velmi náročný a liší se od dosavadně tradovaného pojetí odrazu (které lze charakterizovat lapidárně: odraže se šikmo vpřed tj. současně nahoru a dopředu) v následujících aspektech:

Odraz se skládá ze dvou kvalitativně odlišných pohybových projevů. V první části odrazu převažuje vertikální směr odrazu kolmo vzhůru vzhledem k podložce (k rovině odrazového stolu), ve druhé fázi převažuje odraz směrem šikmo vpřed. Smyslem první části oporové fáze je udělit těžišti těla co největší rychlost ve směru vertikálního pohybu. Ve druhé části oporové fáze odrazu (1/4 trvání oporové fáze) je pohyb zaměřen na získání dostatečného předklonu těla a dostatečného rotačního momentu, aby skokan mohl bez obtížnosti a co nejdříve zaujmout polohu v letové fázi.



Obr. 2.: Cyklogram odrazu skokana na lyžích. Vztažná soustava lyžař—lyže. (H. G. Aschenbach, TP 1974, P = 90 m, 1. kolo)

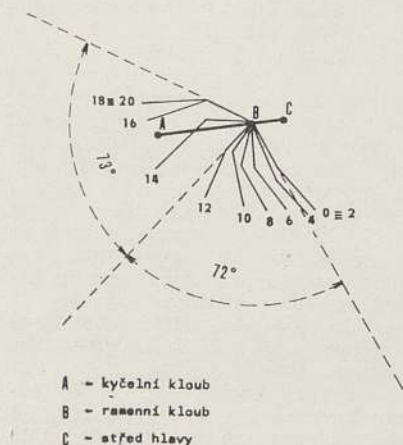
zu. Z výzkumných materiálů vyplývá, že pohyb paží je ukončen v okamžiku, kdy se skokan nachází na hraně stolu — končí oporovou fází skoku. Význam intenzivního pohybu paží směrem nazad lze charakterizovat takto:

● HGA využívá kinetické energie pohybu paží, které se v závěrečné fázi odrazu pohybují současně se směrem pohybu těžiště skokana (směrem vzhůru). Podle obecných biomecha-

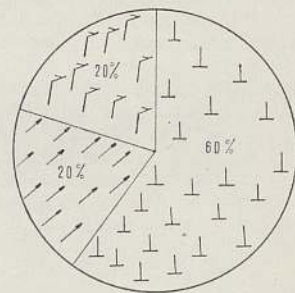
la opačným směrem. Aby nastal pohyb těla vpřed, je zapotřebí provést pohyb paží s maximální intenzitou.

● Velmi rychlý pohyb paží směrem nazad přispívá ke zmenšení odporu prostředí (menší čelná plocha těla skokana), čímž také přispívá k menší ztrátě rychlosti.

— Přemístění těžiště těla směrem vpřed v závěrečné fázi odrazu umožňuje skokanovi dostat se do výhodného postavení vzhledem k získání rotačního momentu pohybující se soustavy lyžař — lyže. Pohybem těla směrem vpřed v závěrečné fázi odrazu se dostává těžiště skokana před bod opory a vertikální směr odrazu, který působí za těžištěm, vytváří otáčivý účinek. Když bychom posuzovali analyzovaný odraz z tohoto hlediska, tak vidíme, že HGA plně využívá odrazové síly k urychlení pohybu těžiště těla směrem vertikálním od začátku pohybu až do 12. polohy, potom intenzivní pohyb paží uvede tělo do pohybu směrem vpřed a od 12. do 16. polohy působí odrazová síla v poměrně



Obr. 3a: Poloha paží v různých fázích pohybu ve vztažné soustavě trup lyžaře—paže.



Obr. 4: Charakteristické fáze odrazu skokana na lyžích, vyjádřená v procentech celkové doby trvání odrazu (doba odrazu = 100 %).

H. G. Aschenbach, TP 1974, P = 90 m, 1. kolo

Významnou úlohu v tomto pojetí odrazu má práce paží. Intenzivně provedený pohyb směrem nazad, který je navíc správně časově zařazený do sledu pohybů celého těla, umožňuje získat ve velmi krátkém časovém úseku (v našem případě to bylo asi 0,04 sec.) odpovídající náklon těla vpřed a vytvořit příznivé předpoklady pro vznik rotačního momentu pohybujícího se skokana. Výrazný pohyb celého těla na konci odrazu směrem vpřed, vytváří výborné předpoklady pro leto-

vou fázi v tom smyslu, že skokan je schopen po odrazu co nejrychleji zaujmout polohu pro let vzduchem. Rychlost zaujmutí letové polohy je základním předpokladem k dobrému výkonu ve skoku na lyžích. Čím dříve se skokan dostane do polohy pro letovou fázi, tím méně ztrácí rychlost.

Rozbor odrazu H. G. Aschenbacha potvrdil vysokou pohybovou náročnost odrazové fáze skoku na lyžích. Provedení odrazu HGA je typickou ukázkou maximálního využití činnosti všech segmentů lidského těla, včetně paží, k efektivnímu provedení odrazu. Zvláště je třeba upozornit na velmi intenzivní a koordinačně náročnou činnost horních končetin, které z hlediska intenzity pohybu a časového začlenění do celkového průběhu odrazu, pomáhají velmi účinně při formování postoje skokana, především v závěrečné fázi odrazu. Vyznění pohybu paží je časově koordinováno s dokončením oporové fáze odrazu, což přispívá k maximálnímu efektu odrazu z hlediska dynamiky působících vnitřních svalových sil. Výrazný pohyb celého těla vpřed v závěrečné fázi odrazu vytváří velmi dobré předpoklady k rychlému zformování aerodynamicky výhodného postoje v letové fázi.

PhDr. FRANTIŠEK VAVERKA

VZPOMÍNKA na Rudlu Krňoula

*Jak ten čas neúprosně utíká. Poma-
lu uplynou čtyři roky od tragické
smrti populárního průkopníka česko-
slovenského lyžování Rudolfa Krňoula.
Únava a hrdíček s přetékající vodou
na plynovém vařiči ukončily život své-
rázného domazličického rodáka, které-
ho jsme si neuměli představit jinak
než s nezbytným čibukem v ústech.*

*Když jsem s Rudlou hovořil pár ho-
din před nešťastnou událostí na chod-
bě domu, který jsme společně obývali,
netušil jsem, že ho druhý den najdu
v bytě neživého. Připravoval se na od-
jezd do milovaných Krkonoš, kde kaž-
dý rok pomáhal vedoucímu chaty tě-
lovýchovného střediska ČSTV na Mi-
sečkách.*

*Pokud neodjel Rudla na hory, cho-
dil k nám často na televizní lyžařské
přenosy. U krbu při šálcích černé ká-
vy jsme se ještě více sbližili. Rád jsem
naslouchal jeho barvitému a zasvěce-
nému líčení začátků lyžování v našich
zemích, o atmosféře domácích závodů,
o zájezdech našich lyžařů do zahra-
ničí i o stavbách skokanských můstků.*

*Jsem rád, že jsem mohl zachránit a
odevzdat část Krňoulova archivu —
dobové fotografie, písemnosti, plakety,
tabulky s označením výbrojních sta-
nic Svazu lyžařů RČS apod. — do Mu-
zea tělesné výchovy a sportu a tím-
to článkem vzpomenout vzácného člo-
věka, jehož jméno zůstane navždy
pevně spjato s československým lyžo-
váním.*

JIRÍ NOVOTNÝ

DIDAKTICKÉ POZNÁMKY K LYŽAŘSKÉMU VÝCVIKU ZAČÁTEČNÍKŮ

Setkáváme se s tendencí podceňovat výcvik začátečníků. V kursech se zpravidla přiděluje družstvu začátečníků ten nejméně zkušený a vyspělý cvičitel. Zapomíná se, že jaké jsou počátky a vytvořené základy lyžařských dovedností, takový je v mnohém i další průběh výcviku. Například často se vytvářejí chybné pohybové návyky, které se fixují a pak se jen velmi obtížně odstraňují.

V našem příspěvku chceme seznámit lyžařské cvičitele s aplikací současných poznatků motorického učení ve vztahu právě k výcviku začátečníků.

Z metodického hlediska obsahuje základní etapa výcviku tři důležité úkoly:

1. Je na cvičiteli, aby vedl výcvik tak, aby žáci přesně a jasně pochopili výcvikový úkol, co se na nich požaduje, jak mají cvik provést a jaký je účel toho, co nacvičují.

2. Cvičitel musí volit jednotlivé cviky, terén atd. v určitém sledu a návaznosti, jinak řečeno musí postupovat podle vhodného výcvikového programu.

3. Úspěch výcviku dále závisí na aktivním přístupu žáka k výcviku a na tom, jak cvičitel žákovu aktivitu vhodně povzbuzuje a udržuje na žádoucí úrovni.

V následujících řádcích se pokusíme jednotlivé úkoly podrobněji rozvést.

1. Přesné a jasné pochopení problému, cviku znamená:

a) Správné zadání úkolu.

Učitel zadává úkol na základě znalosti didaktických zásad (přiměřenosti, postupnosti atd.), formulace úkolu má být taková, aby žáka co nejvíce zaujal a aby se stal cílem žákovy činnosti a podnítil jeho aktivitu.

b) správné popsání, vysvětlení a názorné předvedení.

Důležitá je forma slovního výkladu, znalost a používání termínů, jasná dikce atd.; jeví se výhodné spojením ukázky na sněhu s promítáním instrukčních filmů, diapozitivů apod.; naopak je nevhodné přílišné verbalizování při zadání úkolu na svahu.

Seznámení s úkolem se děje:

- a) pojmenování cviku správným — vhodným termínem,
- b) stručné objasnění podstaty cviku, kdy a za jakých okolností se používá atd.
- c) vysvětlení způsobu provedení, hlavní zásady mechaniky pohybu, upozornění na těžkosti spojené s jeho provedením apod.

Slovní informace tvoří důležitý a velmi efektivní komunikační systém mezi učitelem a žákem. Mezi nimi se musí co nejdříve vytvořit dostatečně obsáhlý, jednoznačný a věcně správný jazykový kontakt.

Slovní informace musí být svojí formulací a obsahem

— specializována podle stáří žáků,



Nácvik správného projždění branek.

- jejich mentální vyspělosti a
- jejich technické lyžařské vyspělosti.

Je rozšířena domněnka, že informace musí především odpovídat požadavkům podle specifiky výuky; novější výzkumy poukazují na to, že děti, mládež i dospělí přijímají informace vztahující se k prostředí snáze než informace, které vztah k prostředí nemají.

Důležité je, podávat informace pro určité provedení pohybu **v potřebném pořadí**. Přitom je nutné informovat nejprve o rozhodujících a strukturálně významných znacích pohybu.

Výklad je vhodné rozdělit tak, že zpočátku učitel dá jen heslovitě základní údaje, po prvních pokusech a v průběhu dalšího výcviku, když žáci překonali s úspěchem první potíže, připojí další slovní informace a tak je postupně rozšiřuje.

Při lyžařském výcviku na svahu se často používají různé druhy informací, z nichž běžné jsou okamžitá informace a akustický signál.

Okamžitá informace je slovní zá-
krok do průběhu pohybu, který prů-
běh pohybu může aktuálně ovlivnit.
Plná možnost uplatnění tohoto způso-
bu slovní informace bude dána tepr-
ve využitím moderní techniky (výkon-
ných tlapačů apod.).

Akustický signál je zpravidla krát-
ké zvolání, často bez obsahového
smyslu, kterým lyžařský učitel se sna-
ží usměrnit průběh pohybu zmírně-
ným nebo zesílením rozhodující části
pohybu, zdůraznit rytmus pohybu,
ovlivnit začátek nebo ukončení po-
hybu atd.

Ukázka je významnou součástí vyučovací praxe. Uplatnění ukázky je však v přímém vztahu ke schopnosti lyžaře pohyb pozorovat a vnímat. Tato schopnost se mnohdy přeceňuje, přitom při rychlých a obtížných pohybových prvcích je velmi omezená.

Je možno říci, že při rychlých a strukturálně složitých pohybech vidí pozorovatel zpravidla jen to, co vytváří jevovou (formální) stránku pohybu, ne jeho podstatu.

Z toho je nutno vyvodit závěr, že ukázka musí být spojena s patřičným výkladem. Aby žák rozpoznal určité základy pohybového prvku, je třeba, aby ho učitel upozornil na uzlové body, na stěžejní znaky pohybu, na jeho rytmus atd. Ukázka vyžaduje kvalitní informaci a to v určité metodické návaznosti. **Kvalita informace určuje efektivitu ukázky.**

Při ukázce je mnohdy vhodné zdůraznit (přeexponovat) ty pohybové fáze či prvky pohybu, o kterých ze zkušenosti je známo, že je nutné na ně zvlášť upozornit.

Čas pro ukázky a výklad je na svahu omezen, zejména při nepříznivém počasí. Je tedy žádoucí, doplňovat ukázku a výklad na sněhu pomocí obrazového záznamu (filmů, filmových smyček, diapozitivů apod.) na chatě.

Vědomě pomalá ukázka — je výhodné, jestliže můžeme pohybový prvek předvést zpomaleně. V lyžařském výcviku však většina cviků je závislá na určité pohybové rychlosti, na rytmu atd. U těchto cviků, pokud se předvádějí zpomaleně, mění se rytmus, akcentace, některé pohybové znaky se zdůrazní, jiné potlačí. Zpomalená ukázka v takovém případě nepodporuje vytváření správné pohybové představy, ba naopak.

Správné předvedení pohybu dodržuje jeho časovou, prostorovou a dynamickou charakteristiku.

Významným prostředkem vizuální informace je zpomalený film (filmová smyčka, kinogram), který sice postrádá časovou podobu pohybu, ale umožňuje lépe sledovat prostorové a dynamické znaky pohybu.

Mezi ukázkou a vlastním provedením žáka nesmí být příliš velký časový odstup, případně je rovněž chybné, jestliže po vzorovém předvedení učitelem následuje příliš mnoho chybných pokusů žáků.

Obraz předvedené ukázky se zachovává, a to zvláště u začátečníků a tehdy, když se jedná o něco nového, v paměti poměrně krátkou dobu. Stává se velmi často, že pokusy žáků jsou časově příliš vzdáleny od učitelovy ukázky. Žák ukázkou zapomene a „vzory“ jízdy spolužáků ji velmi zkreslí.

Řešení je možno nalézt pouze ve vhodné organizaci výcviku, kdy více žáků najednou provádí pokusy. Učitel musí situaci citlivě vážit, neboť i hromadné pokusy přinášejí s sebou nevýhody — zhoršená možnost pozorování jednotlivých žáků, žáci nedodrží rychlost pohybu, nedodrží stopu apod. a navíc je zvětšená možnost kolize a zranění.

2. Výcvikový postup podle vhodného programu znamená:

- a) určení postupného sledu výcviku — sledu jednotlivých prvků, cviků, jejich obměn a procvičení,
- b) volbu a výběr terénu a úpravu sněhové pokrývky,
- c) vhodnou organizaci výcviku.

Začátečník, který není dostatečně pohybově nadaný, nebo který se začal nevhodně učit, který není pro něho v neobvyklých podmínkách schopen zachovat rovnováhu, vytváří si **obraný reflex**.

Obranný reflex se projevuje především strachem z rychlejší jízdy a jeho důsledkem je pluhové postavení lyží, strnulé až křečovitě držené tělo, hluboký předklon a napnuté nohy.

Úkolem počátečního stadia výcviku je odstranění obranných reflexních pohybů vhodnou volbou výcvikového programu.

Získání správné pohybové představy, uvolněnosti a přirozeného pohybu je možné pouze odstraněním okolností, které brání jeho realizaci, tj. strachu z pádu, z rychlosti, z přeměry snahy po udržení rovnováhy apod.

Toho docílujeme volbou velmi mírného terénu a nácviku skluzu — sjíždění za aktivní pomoci začátečníka odpichem soupaž, pomocí pohybových nenáročných úkolů prováděných zábavnou formou atd.

Fáze, ve které začátečník zvládá základní (hrubou) formu pohybu na mírném svahu, v pomalé rychlosti atd. se nesmí zkracovat. Při vytváření základní formy pohybu se snažíme o pokud možno všestranné procvičení pohybového prvku.

Pokusy v obměněné formě pohybu, v jinak utvářeném terénu, při vyšších rychlostech atd. jsou samy o sobě dalším procvičením, ale současně jsou přínosem pro rozšiřování pohybových zkušeností. Oboje společně vytváří předpoklady k úspěšnému přechodu k další etapě výcviku.

Výsledkem opačného metodického postupu jsou často lyžaři, kteří na cvičné louce ovládají své umění velmi dobře, zpravidla však zklamou při zvýšené rychlosti, v obtížnějším terénu apod.

Rovněž snaha a úsilí po brzkém vytváření jemné koordinace pohybu a zaměření na detaily v pohybech a v držení těla apod. narušují celkové provedení pohybu dosud neupevněné základní formy pohybu. Výsledek výcviku má zpětnou tendenci a ukáže se v celkovém zhoršení výcviku.

3. Aktivní přístup žáka je závislý:

1. od míry a úrovně motivace výcviku.
2. od průběhu vlastního výcviku,
3. od interpersonálních vztahů v družstvu,
4. od počasí a dalších vnějších podmínek výcviku.

Aktivita žáka vyplývá především ze zájmu naučit se lyžovat. Je však nutno si uvědomit, že globální zájem žáka nezajišťuje kladný postoj ke všem činnostem v lyžařském výcviku.

Při lyžařském výcviku dochází k nezářadnému poklesu aktivity a zájmu nejčastěji z těchto důvodů:

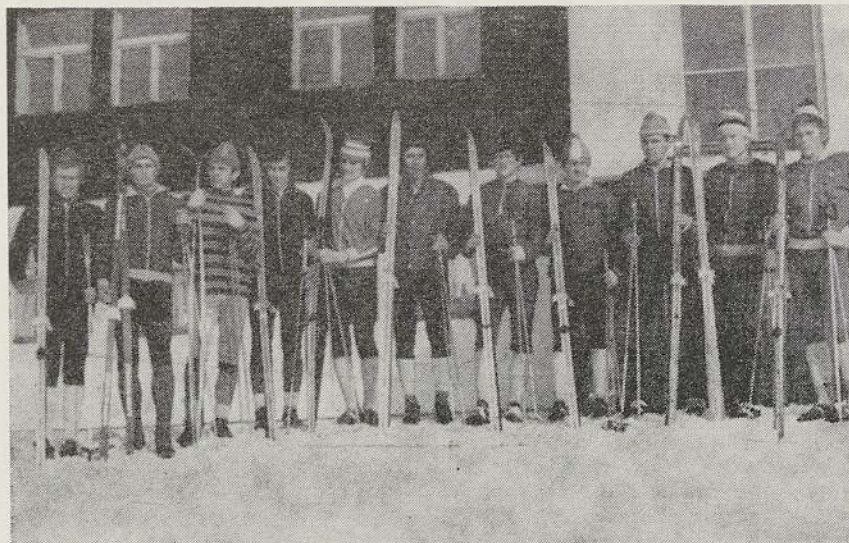
- z neúvěry ve vlastní schopnosti, ze strachu,
- z nevhodného prostředí (špatný výběr terénu, špatná úprava sněhu atd.),
- z nepřiměřeného postupu,
- z nevhodné ukázky, nepochopení podstaty cviku atd.,
- z přílišné únavy.

V první fázi motorického učení dochází rovněž velmi často k poklesu aktivity žáka v důsledku tzv. **senzomotorické regrese**.

Senzomotorická regrese nastává buď vlivem nadměrné únavy nebo příliš rychlým výcvikovým postupem, na který žák nestačí. Je nutné, aby učitel pečlivě reagoval na tyto symptomy a podle toho upravil další průběh výcviku.

Učitel musí rovněž dbát, aby žáka nepřetížil svými výukovými požadavky. Jestliže jsou na žáka kladeny příliš vysoké výcvikové požadavky, nejen že se mu nepodaří zvládnout žádané, ale přestane se mu dařit i již dříve zvládnuté a v důsledku toho může dojít k poklesu „motorického sebevědomí“ a tím k poklesu žákovy aktivity.

PhDr. FELIX CHOVANEC, CSc.
FTVS UK Praha



Čs. reprezentační juniorské družstvo běžců při přípravě na prvním sněhu na Mísečkách. Stoje zleva: Pěnička, Bárta, Záchweja, Votoček, Kohút, trenér ing. Javorský, Bartko, Cunderlík, Bordovský, Hakl a Surovček.



Visutá lanovka do sportovního střediska Solynieve.

Lyžařský vlek Ruprechtov

Vyškovské sportovní veřejnosti a všem příznivcům lyžařského sportu ve vyškovském okrese je známo, že lyžařský oddíl TJ Vyškov na katastrálním území obce Ruprechtov staví vlek. S vybudováním tohoto díla se začlo loni v dubnu. Uběhlo několik měsíců a dílo se dostalo do „finiše“. Tuto akci připravili vyškovští lyžaři ve spolupráci s MNV Ruprechtov formou sdružených finančních prostředků v akci „Z“. Výstavba lyžařského vleku se stala konkrétní formou spolupráce tělovýchovné jednoty s národním výborem a s dalšími organizacemi na úseku masového rozvoje tělesné výchovy a sportu. Spolupráce s ostatními organizacemi a podniky byla při zajišťování potřebného materiálu pro výstavbu. Je třeba se zmínit alespoň o OVHS Vyškov, ZDSP Bučovice, Rozvodných závodch Vyškov a především o dodavateli technologické části — Transportě Chrudim.

Lyžařský vlek je postaven na severním svahu „U hájku“ v nadmořské výšce asi 500 m. Délka tažného lana je 130 m, převýšení dolní a horní stanice vleku 38 m, maximální výkon 318 osob za hodinu. Přeprava příznivců lyžařského sportu bude prováděna pomocí 25 unašečů (kotev). Výstavbou vleku bude vytvořena hodnota díla asi 65 000 Kčs. V době uzávěrky tohoto čísla bylo započato s montáží. Do konce listopadu bylo odpracováno více než 1000 brigádnických hodin, především členy lyžařského oddílu TJ Vyškov.

Tento vzorný oddíl III. stupně se loni zapojil do soutěže o získání čestného titulu II. stupně. Výstavbou lyžařského vleku splní několik podmínek z vypsání kritérií a s ostatními oddíly TJ Vyškov uskutečňuje závěry XIV. sjezdu KSČ při masovém rozvoji tělovýchovy a sportu ve městě Vyškově. Celou akci buduje na počest 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou a Československé spartakiády 1975. Za příznivých sněhových podmínek chce v tomto areálu uspořádat lyžařské soutěže mládeže o „Spartakiádní vločky“.

R. Ž.

LUBOMÍR LINHART

SLUNCE A SNÍH VE ŠPANĚLSKU

Lyžařské disciplíny, ale i ostatní druhy zimních sportů a rekreace, mají své středisko i na jihu Španělska. Je vzdáleno jen 34 kilometrů od pověstné Granady a dosažitelné asfaltovou silnicí. Ve výšce 2050 metrů je sportovní středisko Solynieve. Je vybaveno dvěma visutými lanovkami, z nichž jednou lze dosáhnout i letních lyžařských terénů na druhém nejvyšším vrcholku Sierry Nevady ve výšce 3400 metrů. Dále je v provozu sedačkový výtah a v sezóně od listopadu do května nebo června šest lyžařských vleků. Všechna tato zařízení měří dohromady jedenáct kilometrů a mají celkovou kapacitu 4000 osob za hodinu. Některé sjezdářské dráhy jsou v zimě i více než 10 kilometrů dlouhé a mají výškový rozdíl 1300 metrů. Lze je tudíž srovnávat s nejlepšími světovými sjezdářskými drahami.

Ve vzdálenosti čtyř kilometrů na sever je při silnici k vrcholu Velety vzorný státní hotel. Silnice po celý rok je sněhuprostá téměř do výšky 2550 metrů. Od května do listopadu lze použít i zbývajících 15 kilometrů velmi dobré silnice k vrcholu Velety a potom dále po jižním úbočí obou nejvyšších vrcholků — Velety a Mulhacénu — vede v létě sjízdná silnice do nových lyžařských středisek nejen pod vrcholy obou hor, ale i do přímořských lázní. Od jara do podzimu je po lyžování velmi příjemná koupel ve Středozemním moři, vzdáleném asi 35 km.

Skýcovskí lyžiari v príprave

Ako som tak kráčal do srdca Skýcova, zaspomínal som si na všetky tie novinové články, v ktorých sa písalo o smutnej udalosti, ktorá sa stala dňa 16. marca 1945 v tejto obci. Fašisti v tento deň vypálili Skýcov. Zimomriavky mi chodia po tele, keď počúvam rozprávať o tejto tragickej udalosti ľudí, ktorí ešte stále majú pred očami krvavé boje medzi povstaleckými jednotkami a hitlerovcami. Ani po 29 rokoch nemožno zabudnúť. Nemožno opomenúť tisíce stotočných ľudí, vojakov, športovcov, ktorí neváhali bojovať do poslednej kvapky krvi za naše oslobodenie. A za to, že dnes ľudia majú v Skýcove nové domy, domácnosti vybavené najmodernejším zariadením, ďakujeme predovšetkým Sovietskej armáde, našej osvoboditeľke, Víťaznému februáru, ktorý otvoril do-

korán i cestu nebývalému rozvoju tejto dediny.

I športový život sa tu zmenil na nepoznanie. V dedine popri futbale a šachu kraľuje hlavne lyžovanie. A práve tento zimný šport má vari najlepšiu úroveň. Zasluhou riaditeľa Júliusa Kuruca našiel v obci živnú pôdu. Skýcov dnes môžeme bez nadsádzky nazvať lyžiarskou obcou. Zriadili tu aj športové stredisko lyžovania. Dozvedel som sa, že nielen Július Kuruc, ale učiteľia z miestnej školy všetci bez rozdielu ako jedna veľká rodina sa starajú o to, aby si lyžovanie obľúbili najmä deti. Učiteľia Milan Širuček, Ján Beliansky i ďalší sú známí svojou trpezlivosťou pri výchove mladých lyžiarov. Najmä žiaci, ktorí štartujú v Slovenskej lige, už dosiahli niekoľko pozoruhodných výsledkov. Toho

času najlepšiu výkonnosť preukazujú Jožo Dávid, Jožko Pavko, Zuzka Chromá, Mária Kľučiarová, Erika Kurucová a Miro Bárta. V uplynulom roku sa mladí lyžiari zo Skýcova pripravovali na nastávajúcu sezónu ako nikdy predtým. V roku 30. výročia oslobodenia našej vlasti Sovietskou armádou chceli by dosiahnuť ešte prenikavejšie úspechy. Už začiatkom roka sa zide celá rodina lyžiarov v hlbokých lesoch, aby sa zúčastnila pretekov, ktoré organizuje na počesť známych i neznámych hrdinov. Lyžiari neobídu ani Drahožickú huť, kde došlo azda k najkrvavejšej udalosti. Najmenších majstrov lyžovania možno pochváliť i za pomoc pri zbere papiera, železa, handier a pod. Ich zásluhou skončila škola v tomto smere na prvom mieste v okrese.

ALOJZ BRIATKA

Výběr vhodných délek sjezdových lyží pro mládež

Úvodem bych chtěl upozornit na zpracovanou látku dr. Milošem Příbramským a Janem Maršíkem ve skriptech „Sjezdové disciplíny, technika a trénink“, o vlivu výbroje na rozvoj techniky, kde autoři podrobně zpracovali charakteristiku závodní lyže, jak pro slalom, obří slalom a sjezd. Každý trenér ví, že ve sjezdových disciplínách došlo k rozhodné diferenciaci a že dnes sjezd, slalom či obří slalom vykazují po technické stránce podstatné rozdíly. Těmto technickým požadavkům odpovídá i rozdíl mezi lyžemi, určenými pro jednotlivé sjezdové disciplíny.

Trenéři, kteří pracují s mládeží, by měli znát problematiku výběru vhodných délek, druhy lyží, jejich tvrdost apod. Ovšem je velmi těžké pro trenéra při nákupu sjezdových lyží se rozhodnout jaké lyže nejlépe vybrat, když naše sportovní domy nebo prodejny nás nemohou plně uspokojit co do vhodných délek, tvrdosti a někdy i kvality. Věříme, že i tyto nedostatky budou postupně odstraněny a že trenér bude mít velké možnosti při výběru lyží.

Chtěl bych čtenáře našeho odborného měsíčníku seznámit s několika mými zkušenostmi a poskytnout rady při řešení otázek výběru vhodných délek lyží z několika pohledů.

Výběr lyží pro slalom

Nejprve za ideálního předpokladu, kdy je možnost výběru lyží co do kvality, různých délek a hlavně od stejných výrobců. Závodník je např. členem národního družstva, měří 150 cm, váží 40 kg. Má perspektivu růstu, je technicky dobrý. V takovémto případě je nutné již závodníka zabezpečit i kvalitní výbrojí. Vhodná délka lyží je 170 cm.

Tato délka lyží 170 cm je vhodná pro technicky těžší slalomy, pro prudší sklony svahu i pro různé sněhové podložky. S tím již také souvisí křivka vzpruhu lyže (tvrdost lyže). Uvádím, že závodník váží 40 kg. V takovémto případě dbáme, aby lyže nebyla tvrdá. To znamená, že při délce lyže 170 cm by měl být vzpruh lyže asi 1,5–2 cm, patky lyží pružné. Doposud zatím nemáme možnost v obchodních domech změřením nebo určením křivky vzpruhu pro každou délku lyže, nebo přesného přepočtu rozdělení tlaku na jízdní plochu lyže. To zatím musí řešit trenér sám podle zkušeností. Lyže příliš tvrdá (vzpruh 3–4 cm) pro tuto váhu se velmi špatně ovládá a je určitě pomalá.

Každý trenér, který putuje několik let po závodech, dobře zná délky, sklony svahů a většinou i autory slalomových tratí. Chceme-li dále mluvit o ideálním stavu a zúčastníme se závodu ve slalomu na mírnějším sklonu svahu, čímž je autoru dáno, že slalomové branky jsou od sebe vzdálenější a charakter slalomu je rychlejší, zvolíme délku lyží 175 cm, pro stejně vysokého závodníka 150 cm.

Tato volba délky lyží o 5 cm delších splňuje ty úkoly, že na mírnějším sklonu svahu, obzvlášť když svah má rovinku nebo několik rovinek, lyže je rychlejší. Většinou tyto mírnější svahy bývají delší, nebo pořadatel vyžaduje od autora dojezd do cíle po delší rovince a zde opět dochází k uplatnění delších lyží, které určitě na takovýchto tratích jedou rychleji. Zde opět při výběru dbáme, aby vzpruh lyže byl přiměřený k uvedené váze. Dále je nutné, aby závodník před uspořádáním závodu na tomto svahu mohl své lyže zajet a zvyknout si na ně.

Obvykle i když je výběr lyží dostatečný, ale máme nedostatek finančních prostředků nebo závodník zatím není takové výkonnosti úrovně, volíme výběr jednoho páru lyží pro slalom i obří slalom.

Jestliže závodník měří 150 cm, zvolíme délku lyží, aby na nich mohl absolvovat slalom i obří slalom — 175 cm.

Při výběru lyží je nutno počítat s tím, že závodník bude na těchto lyžích absolvovat několik výcvikových táborů a řadu tréninků před závody. Je nutné vybrat lyže o něco tvrdší. Každá umělá hmota či kov, který je v lyži kombi-



Roman Loska, jeden z nadějných mladých čs. reprezentantů. Na loňském „Trofeo topolino“ v Itálii v kategorii starších žáků obsadil ve slalomu a obřím slalomu třinácté místo.

nován se dřevem se časem unavuje a musíme počítat s tím, že lyže musí závodníkovi posloužit přes závodní období i na tvrdém sněhovém podkladu. Další důvod je ten, že závodník musí na těchto lyžích jezdit i závody v obřím slalomu.

Výběr lyží pro sjezd

Při výrobě lyží pro sjezd se zaměřuje všechno úsilí k tomu, aby bylo dosaženo maximální rychlosti. Stranové krojení lyže není u sjezdového typu příliš zdůrazněno. Zvýšená rychlost a bezpečnější vedení stopy je na úkor točivosti lyží.

Vezmu-li opět závodníka 150 cm vysokého, je pro tuto výšku nejvýhodnější délka lyže 185 cm, pro sjezdovou trať náročnou jak na rychlost, tak i vedení lyží v oblouku v technických částech tratě. Pokud je sjezdová trať velmi rychlá a nemá mnoho těžkých zatáček a navíc s nějakou další rovinou, volíme délku lyží o 5–10 cm vyšší.

Chci upozornit, že je velmi obtížné vybrat vhodné délky lyží, aby sjezdaři vyhovovaly a ještě byly dostatečně rychlé. Poslední zkušenosti ukázaly, že lyže pro sjezd se musí zkoušet přímo v terénu. Většina světových jmen i malé postavy do nedávna používala pro sjezd délky lyží 220 — 222 — 225 cm. Ukázalo se, že není nejvýhodnější pro malé postavy mít lyže maximální délky. Je mnoho faktorů, které jsou proti. Velmi dlouhá lyže musí mít měkkou špičku a při nedostatečném zatížení není dost odolná vůči kmitání. Závodník má potom potíže s udržením stopy, při výjezdu z oblouku vnější lyže se dostává do odvratu a při velké rychlosti se velmi špatně přisunuje.

Při dobře organizovaném tréninku ve sjezdu nebo delším členitém terénu, který má rychlé a pomalé úseky, se dají poznat lyže rychle nebo pomalé. Tyto zkoušky se současně spojují s nejvýhodnějším použitím vosků. Je celá řada zkušeností jak lyže i vosky zkoušet. Věřím, že některý z našich předních trenérů zpracuje příspěvek na toto téma. V našich podmínkách je dosti obtížné vybrat dobré lyže pro sjezd. Praxe je taková, že lyže se zkoušejí a předávají až najdou správného adresáta.

Většina zahraničních výrobců lyže pro sjezd pro mládež nemá ve svém výrobním programu. Tento nedostatek se řeší tak, že se vyberou lyže pro obří slalom ve vhodných délkách jako pro sjezd. Konstruktoři spojují vlastnosti těchto lyží (rychlost, vodivost a točivost), dále tvarování a kombinací materiálů. Na závadu je, že lyže pro obří slalom má blíže k lyži slalomové než sjezdové. V poslední době dochází u některých výrobců ke stejným parametrům jak u lyže slalomové, tak i lyže pro obří slalom. Pouze se odlišují délky lyží.

Je známo mnoho různých tabulek a výpočtů pro výběr délek lyží pro začátečníky nebo pokročilé lyžaře, ale není dobře možné všechny tyto šablony použít pro výběr vhodných délek lyží pro závodníky. Zde musí při výběru lyží rozhodovat trenér, který úzce spolupracuje se závodníky a zná jejich všechny potřebné údaje. Někdy se stává, že

s plánem činnosti plánujeme také výzbroj, nebo lyže objednáme hodně brzo. Je zde nutno počítat hlavně u mládeže s tím, že nám může za dobu 6—8 měsíců vyrůst o 5 až 10 cm. Dále je důležité, že závodníkovu váhu bereme většinou z lékařských vyšetření, při nichž je závodník vážen v trenýrkách a na lyžích jezdí v plné výstroji, což představuje o 5 kg větší váhu.

Proto znovu připomínám, že nelze tento příspěvek o délkách lyží vzít jako šablonu, nebo vymyslet přepočtový koeficient. Trenér musí vždy dobře zvážit všechny možnosti svého svěřence a řešit každého závodníka samostatně asi podle těchto potřeb: výška, váha, technická zdatnost, perspektiva závodníka, talent, jaké závody bude v nastávající sezóně absolvovat, výcvikové tábory, kolik má naplánovaných branek a kilometrů.

ZDENĚK KRÁL, trenér ŮLZ Jablonec n. N.

PORTÁŠ - Mekka gottwaldovských lyžařů

Směrnice XIV. sjezdu KSČ ukládají: „Zlepšit podmínky pro masovou tělesnou výchovu, sport a rekreaci. Lépe využívat dosavadních objektů zájmových organizací a účelně budovat další zařízení. K tomu využívat iniciativy občanů a podnikových prostředků.“

Závěry XIV. sjezdu podnítily výbor lyžařského oddílu TJ Gottwaldov, který je jedním z největších čs. lyžařských oddílů, aby se podrobně zabýval směrnici sjezdu. Lyžaři je rozpracovali na své podmínky a vytvořili tak dlouholetý plán rozvoje výcvikového střediska na Portáši v návaznosti na dosavadní objekty. Cílem je vytvořit dobré podmínky pro sportovní lyžování a zajistit nejlepší podmínky závodnímu družstvu k dosahování vrcholných výkonů. S pracovním plánem na jednotlivá údobí, sestaveným odborníky z řad členstva lyžařského oddílu, byl seznámen předseda TJ Gottwaldov ing. Vl. Olivka za přítomnosti předsedy OV ČTO s. Jar. Hořínka. Oba náročný dlouholetý plán rozvoje výcvikového střediska schválili.

Již před koncem roku 1974 výbor lyžařského oddílu mohl ohlásit: „Všechny plánované akce pro letošní rok byly beze zbytku splněny.“

Lyžařský oddíl TJ Gottwaldov nyní obhospodařuje na Portáši středisko, které má k dispozici dvě lyžařské chaty: Javorku s kapacitou 70 lůžek a Spartak s 30 lůžky. Obě chaty jsou slušně vybavené, každá má společenskou místnost a jsou dobře využívány nejen pro výcvik členů oddílů, ale slouží i v okresním a krajském měřítku jako středisko kursovní a seminární. Ve velké míře využívají středisko školy ke svému lyžařskému výcviku.

Středisko má cvičný svah u Kohůtky, kde je dvojitý délkou 280 m, cvičný svah u Seníku, vybavený dvojitým délkou 265 m. Dále slalomový svah u Spartaku, na kterém letos přibylo lano o délce 390 m a závodní sjezdovku vybavenou dvěma dvojitými délkou 630 m. Jeden dvojitý je pro lyžařskou veřejnost, druhý letos postavený pouze pro závodní družstvo a členy oddílu. Celkový součet zařízení znamená deset vleků o celkové délce 4392 m, čtyři lyžařské svahy o celkové délce 1640 m. Na ploše 1 km² je rozloženo 7 lyžařských tras s 10 lyžařskými vlekami, které jsou postaveny

v terénu tak, aby bylo dosaženo vzájemné návaznosti všech lyžařských tratí.

Ke své spokojenosti si letos lyžaři postavili ocelový most na Rundě, hodnota tohoto díla je 40 000 Kčs. Finančně jim k tomu pomohl OV ČTO a při práci, která byla prováděna za velmi těžkých podmínek bez jakékoli mechanizace, lyžaři z jiných oddílů. S největším úsilím se dokončuje stavba garáže pro nové sněhové vozidlo „Lavina“, výrobek Beskyd-Sport Frýdek-Místek, kterým budou letos upravovány všechny svahy a sjezdové tratě. Výcvikové středisko Portáš bylo od samého začátku budováno brigádnicky členy lyžařského oddílu TJ Gottwaldov s vydatnou pomocí tělovýchovné jednoty, OV ČTO a velkých gottwaldovských národních podniků Svit, ZPS a Průmyslové stavby.

Bez jejich vydatné pomoci by středisko, které má dnes hodnotu asi 3 milióny Kčs, nestálo.

Předseda lyžařského oddílu Josef Šperka, hlavní iniciátor budovatelských akcí, na otázku, proč to všechno gottwaldovští lyžaři dělají, odpovídá: „Jsme dobrý kolektiv, nechceme ustrnout. Chceme, aby celá gottwaldovská veřejnost měla v zimě po dobře vykonané práci své lyžařské svahy, dobré běžecké tratě, rekreační trasy a všechny podmínky pro provádění pěkného zimního sportu. Ze stavíme sjezdovky, vleký a kupujeme sněhové vozidlo „Lavina“, to všechno do sebe zapadá. Kdybychom před deseti lety cílevědomě nezačali, neměli bychom letos v reprezentačním družstvu juniorek Fučíkovou, Charvátovou a Walachovou. V dorostu nám vyrostl Žurek, který je zařazen do družstva dorostu ČSR a Šperková se Škubalem, od kterých očekáváme dobré zařazení v celostátním žebříčku. Jako celek se naše družstvo proboujvalo do první ligy sjezdařů.“



Slalomový svah s dvojitým vlekem.

Chtěl bych, aby se naše plány každoročně splnily jako letos. Nedávno jsme uzavřeli družbu s lyžařským oddílem TJ Gumárny 1. mája v Púchově, který má výcvikové středisko v našem sousedství. Oba výbory lyžařských oddílů se pravidelně scházejí, koordinují své plány a je to oboplně prospěšné. Přál bych si, aby naše družba stále tak pokračovala."

Účelem článku je seznámit širokou lyžařskou veřejnost s výsledky lyžařského oddílu TJ Gottwaldov a přiblížit všem dosud málo známé zimní středisko Portáš, ležící na hřebenu krásných valašských Javorníků. Právem se o něm říká, že je „Mekkou gottwaldovských lyžařů.“

FRANTIŠEK HURNÍK



Bude se trenér čs. reprezentačního týmu běžců Jaroslav Honců takto spokojeně usmívat i po skončení sezóny? Jistě bychom si všichni přáli, aby čs. závodníci zopakovali loňské úspěchy.



Běžci Dukly Racek Pardubice. Stojící zleva: Šafář, ing. Domanský, ing. Krejza, Nesvadba, Hromek, Harant, klečící: ing. Mikule, Tábořský, Hauck, Chudovský.

Ozbrojené složky na kolečkových lyžích

Lyžaři-běžci Dukly Racek Pardubice a Rudé hvězdy Pardubice již podruhé změřili své síly a provedli prověrku připravenosti na novou sezónu v mezioddílovém závodě na kolečkových lyžích. Byl dobře připraven zásluhou obou oddílů a předsedy okresního svazu lyžování v Pardubicích dr. Vrány na trati 8,4 km v okolí památníku Na zámečku, zabezpečenou dopravním oddělením VB. Z 15 startujících zvítězil Pavel Hauck za 29:28 min. před Šafářem 29:36, Tábořským 29:46, ing. Domanským 31:03 a Chudovským (všichni Dukla) 31:34. Nejúspěšnější závod-

ník Rudé hvězdy Domin byl devátý v čase 36:06 min. V mezioddílovém utkání zvítězil tým pardubické Dukly rozdílem 43:01 min.

Zpestřením byl vložený závod tříčlenných štafet na jedno kolo na koloběžkách. V této disciplíně patřilo prvenství Rudé hvězdě před A-týmem Dukly. Mezioddílové střetnutí se již stává tradicí a zajímavým měřením sil před prvními závody na sněhu. Jedinnou stinnou stránkou byla velká poruchovost lyží a dva startující proto závod nedokončili.

K. R.

Slovanka na Božím Daru pěkným střediskem

Koncem října loňského roku byla po odstranění kolaudačních závad předána do užívání chata Slovanka na Božím Daru. Krušné hory se svými středisky Klínovcem (nadmořská výška 1244 m) a Božím Darem lákají v posledních letech stále více lyžaře a rekreanty z domova i ze zahraničí. Velkým problémem v dalším rozvoji nádherného koutu západních Čech je však nedostatečná ubytovací kapacita a žádané služby. Otevření Slovanky, velmi potřebného objektu na Božím Daru, je proto hodnoceno zvláště v lyžařských kruzích s velkým uspokojením.

Slovanka má kapacitu 96 lůžek v osmnácti místnostech. Může se pochlubit dobře zařízenou kuchyní, jídelnou a společenskou místností (zařízenou v selském stylu s masívním nábytkem), umývárnamí se sprchami a potřebnými sociálními a hygienickými zařízeními. Objekt je vytápěn plnoautomatickým ústředním topením (k dispozici jsou dva kotle), zdrojem tepla je energie z lehkých topných olejů (provoz je poměrně levný).

Chata vznikla adaptací a rekonstrukcí bývalé venkovské chalupy se stájí a později připojením sousedního starého objektu. Slovanu Karlovy Vary je přidělen v roce 1960 božídarský národní výbor. Za dva roky mimořádného úsilí

vybudovali karlovarští sportovci provizorní ubytovnu, na níž odpracovali skoro 12 tisíc brigádnických hodin. Chata nestačila brzy vzrůstajícím požadavkům. Od roku 1970 došlo zásluhou OV ČSTV v Karlových Varech k rozsáhlé investiční rekonstrukci. Včetně vnitřního vybavení si vyžádala téměř dvoumilionů Kčs nákladů. V současné době Slovanka už plně slouží lyžařskému výcviku mládeže, jako ubytovna při závodech apod. K jejímu plnému využití je uzavřena smlouva se školským odborem ONV Sokolov (oblast ohrožená průmyslovými exhalacemi) na „školy v přírodě“. Do konce školního roku se v nich vystřídá téměř 500 školáků ze 2.—4. tříd ZDS sokolovského okresu.

Členové lyžařského oddílu Slovanu Karlovy Vary (vzorný oddíl ČSTV II. stupně) odpracovali na výstavbě Slovanky za 13 let od převzetí objektu, mnohdy za těžkých krušnohorských podmínek, 23 303 hodin dobrovolné práce zdarma. Od založení oddílu v roce 1958 stojí v jeho čele dnes 63letý Jan Praveček, který má také nemalou zásluhu o vybudování Slovanky. Tento objekt na Božím Daru je pro lyžařský sport v karlovarské části Krušných hor neocenitelným přínosem.

JAROSLAV ČANĚK

Letní výcvikový tábor vimperské ZDŠ

Podle náplně osnov sportovních tříd a v souladu s tréninkovými plány jednotlivých trenérů se konalo koncem srpna povinné desetidenní soustředění pro žáky sportovních tříd 1. ZDŠ Vimperk. Bylo uspořádáno v prostorách stanového pionýrského tábora ODPM ve Vimperku v Nové Peci — Lipno II. Celý výcvikový tábor se skládal z kontrolního měření, provedeného 20. srpna ve Vimperku, a vlastního soustředění na Lipně.

Kontrolní testy byly zajištěny ve spolupráci s vojenským útvarem, jmenovitě s tělovýchovným náčelníkem s. Pavlem Landou. O nástupu k soustředění a kontrolnímu měření byli žáci včas informováni. V této fázi byla u žáků po prázdninovém individuálním tréninku podle tréninkových plánů, zpracovaných pro každého jednotlivce, prověřována speciální a obecná vytrvalost, jakož i rychlost vytrvalostní. U žáků bylo ještě provedeno speciální měření síly a lavičkový test podle JTS. V rámci kontrolních testů se podrobili všichni žáci ještě základnímu antropometrickému měření a při testech na dráze bylo uskutečněno tepové a tlakové měření před výkonem a po něm. Celý kontrolní den proběhl bez závad. Počasí bylo velmi mlhavé, ale teplé. Kontrolní testy provedli s. Hudeček a Chvostová, vyhodnocení zpracoval s. Hudeček.

Vlastní soustředění sportovních tříd se uskutečnilo v celém rozsahu pro dvě sportovní třídy. Po zkušenostech s náklady na zimní soustředění se hledaly možnosti jak snížit finanční náklady, hrazené z rozpočtu ST. Přistoupili jsme na řešení pořádat výcvikový tábor pod hlavičkou pionýrského tábora. Tento záměr se nepodařilo v plné míře uskutečnit. Soustředění se konalo na konci prázdnin, kdy již řada dětí absolvovala jiný pionýrský tábor, na které již dostala od příslušného ROH finanční příspěvek. Je samozřejmé, že další příspěvek se jednotlivé ZV ROH zdráhaly poskytnout a vyplácely pouze 40—60% částku. Jen málo dětí dostalo stoprocentní příspěvek. Řada rodičů raději zaplatila celou částku, než by se domáhala příspěvku od ROH. Všichni žáci sportovních tříd 1. ZDŠ Vimperk jsou členy Pionýrské organizace.

Díky pochopení a mimořádnému zájmu ODPM v čele s ředitelkou s. Ludmilou Kollerovou jsme mohli pro náš výcvikový tábor použít celé kapacity zařízení ODPM v Nové Peci. Bylo ve velmi dobrém stavu a úspěšně posloužilo ke splnění našich náročných tréninkových cílů. Celé soustředění probíhalo ve slavných dnech 30. výročí SNP. V táboře byla dobrá propagační výzdoba k této významné události a v rámci politickoideové výchovy bylo vzpomenu této historické události. Hovořilo se též o významné účasti slovenských lyžařů v SNP. K 30. výročí SNP byl také uspořádán přespolní běh. Výcvikový tábor v této oblasti značně přispěl k výchově našich žáků a zapůsobil na ně po stránce morálně volní. Soustředění bylo organizačně a technicky zajišťováno již v průběhu druhého pololetí školního

roku 1973—74. Vedoucí tábora vypracoval jídelníček, plán soustředění, konkrétní tréninkové náplně pro jednotlivé skupiny žáků, seznam potřebného technického a výcvikového materiálu a seznam základních potravin. V této fázi aktivně pomohl předseda SRPŠ 7. A s. Měřička, tajemník TJ Šumavan, který zajistil dopravu dětí a materiálu a provedl s vedoucím tábora kontrolu připravenosti táborového zařízení. V průběhu soustředění se obětavě zapojil do řešení otázek chodu tábora s. Pernekr, hospodář TJ Šumavan a předseda SRPŠ 8. A. Dopravu potravin do tábora zajišťoval vedoucí soustředění vlastním vozidlem. Soustředění se zúčastnilo 48 žáků, chyběli pouze čtyři nemocní z obou sportovních tříd 8. A a 7. A.

Průběh výcvikového tábora byl pojat jako dvoufázový trénink.

Dopolední tréninková jednotka:

8.45—10.00: obecná vytrvalost - běh (8—15 km)

10.00—10.30: cvičení síly, obratnosti nebo rychlosti nebo 10.00—12.00: spec. cvičení - kolečkové lyže

10.30—12.00: tematické zamětnání: plavání nebo míčové hry, imitační cvičení, pádlování

Odpolední tréninková jednotka:

14.00—16.00: tematické zamětnání: plavání nebo míčové hry, imitace, pádlování, spec. cvičení — kol. lyže, teorie

16.30—17.00: cvičení síly - posilování

17.00—18.00: obecná vytrvalost (10—15 km) nebo kontrolní závody (2,5 - 5 - 7,5 km) a vyklusání.

Žáci byli na začátku VT na základě kontrolních měření rozděleni do pěti výkonnostních skupin. Každé družstvo se řídilo předem připraveným tréninkovým plánem. Minimálně jedenkrát

během soustředění mělo každé družstvo službu v táboře, která zajišťovala přípravu jídel, pomoc u kuchyni a jiné táborové práce. Služba nebyla vyjmuta z povinných dávek běhu a rozcviček.

Režim dne:

7.00: budíček

7.05—7.30: rozcvička

7.30—8.45: osobní hygiena, snídaně

8.45—12.00: I. fáze tréninku

12.15: oběd

12.30—14.00: polední klid

14.00—16.00: II. fáze tréninku

16.00—16.30: svačina

16.30—18.30: II. fáze tréninku

18.30—19.00: osobní hygiena

19.00: večeře

19.30: zhodnocení dne

21.00: večeřka

Do rozvrhu VT byl zařazen i povinný odpočinek třetí den dopoledne. Jako odpočinkových časů bylo od druhé třetiny soustředění více teoretické výuky a bylo zařazováno i přímé volno, zvláště pro slabší skupiny. Za odpočinek byla považována i služba v kuchyni.

Celkové zhodnocení tábora se žáky bylo poslední večer při slavnostním táboráku. Každý žák byl zhodnocen individuálně svými trenéry z hlediska tréninkové morálky, výkonnosti, chování apod. Zhodnocení tábora s trenéry bylo připraveno předem. Nakonec byla likvidace tábora, neboť jsme byli jeho posledními uživateli a nájemci v roce 1974.

KAREL HUDEČEK
vedoucí soustředění



Švýcarské středisko zimních sportů Sv. Mořic bude i v letošním roce dějištěm řady mezinárodních lyžařských závodů.

NEJVÝZNAMNĚJŠÍ ČS. LYŽAŘSKÉ ZÁVODY V ÚNORU 1975

Přinášíme přehled nejvýznamnějších čs. lyžařských závodů v únoru 1975. Úplný kalendář vydaly výbory svazu lyžování ČOV a SÚV ČSTV. Celostátní a mezinárodní závody jsou podtrženy silně, národní slabě.

Termín	Místo konání	Označení soutěže — Disciplíny	Kategorie	Pořadatel
BĚH				
1.-2. 2.	Svratka	Přebor ČSR žactva — 1, 2, 3+štaf.	ž	Mars Svratka
5.-11. 2.	Liberec + Bedřichov	Mistrovství ČSSR — vše	M, ž, J	OV M. ČSSR
8.-9. 2.	Mísečky	Přebor dorostu ČSR — 3, 5, 10 +štaf.	D	VSL MV Praha
14.-16. 2.	Nové Město na Mor.	Přebor dorostu ČSSR — vše	D	S. Nové Město
15.-16. 2.	Špičák na Šumavě	Nár. liga ČSR - skup. A — 5, 10, 15, 30	M, ž	RH Plzeň
15.-16. 2.	Svratka	Nár. liga ČSR - skup. B — 5, 10, 15, 30	M, ž	Mars Svratka
16. 2.	Kremnica—B. Bystrica	Biela stopa SNP	M	TJ Kremnica+RH B. Bystrica
21.-23. 2.	Jilemnice	Přebor žactva ČSSR — vše	ž	Ski Jilemnice
27. 2.-2. 3.	Harrachov	Mezinár. závody mládeže	D/ml, ž/st	J. Harrachov
ZÁVOD SDRUŽENÝ				
1.-2. 2.	Písařov	NKZ dorostu	D	T. Písařov
5.-11. 2.	Liberec	Mistrovství ČSSR	M, J	OV M. ČSSR
8.-9. 2.	Nová Paka	NKZ+přebor žák. druž. ČSR	ž	S. Nová Paka
15.-16. 2.	Harrachov	NKZ	M, J	J. Harrachov
27. 2.-2. 3.	Harrachov	Přebor žactva ČSR	ž	TJ Kremnica
15.-16. 2.	Kremnica	CKZ+P/SČK	D	Seba Tanvald
22.-23. 2.	Desná	Přebor žactva ČSR	ž	Ski Jilemnice+S. Studenec
22.-23. 2.	Jilemnice+Studenec	Mezinár. závody mládeže	ž/st, D/ml	J. Harrachov
27. 2.-2. 3.	Plavy+Harrachov	Přebor dorostu ČSSR	D	Seba Tanvald+J. Harrachov
SKOK				
1.-2. 2.	Písařov	Dvakrát NKZ	D	T. Písařov
2. 2.	Králiky	Mistrovství SSR	D, M	S. Králiky
8.-9. 2.	Liberec	Mistrovství ČSSR+CKZ	M, J	OV M. ČSSR
8. 2.	Lomnice n. Pop.	NKZ+Spart. soutěž VčK	D	S. Lomnice
8. 2.	Nová Paka	NKZ+žák. přebor družstev ČSR	ž	S. Nová Paka
9. 2.	Lomnice n. Pop.	NKZ+žák. přebor družstev ČSR	ž	S. Lomnice
9. 2.	Nová Paka	NKZ	D	S. Nová Paka
15.-16. 2.	Špindlerův Mlýn	Přebor žáků ČSR+NKZ	ž	Sn. Špindlerův Mlýn
15.-16. 2.	Kremnica	Přebor SSR žáků	ž	TJ Kremnica
21.-23. 2.	Studenec	Přebor ČSSR žáků	ž	S. Studenec
22.-23. 2.	Desná+Plavy	2×CKZ a P/SČK	D	Seba Tanvald
23. 2.	Plavy	NKZ	M	Seba Tanvald
27. 2.-2. 3.	Harrachov	Mezinárodní závody mládeže	ž/st, D/ml	J. Harrachov+Seba Tanvald
27. 2.-2. 3.	Harrachov+Plavy	Přebor ČSSR dorostenců	D	J. Harrachov+Seba Tanvald
SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY				
8.-9. 2.	Bílá	NKZ dorostu — 2× osl	D	VŽKG
10.-14. 2.	Harrachov+Rokytnice	Mistrovství ČSSR — vše	M, ž	Liaz Jablonec
15. 2.	Rokytnice	CKZ+I. liga smíš. druž. — sj	M, ž	Liaz Jablonec
17.-19. 2.	Špindlerův Mlýn	Mistrovství ČSR — vše	M, ž	S. Krč
18.-20. 2.	Jasná	Velká cena Demän. jeskyň — sl, osl	M	Jasná Lipt. Mikuláš
20.-23. 2.	Špindlerův Mlýn	Přebor dorostu ČSR — vše	D	S. Krč
21.-23. 2.	Vysoké Tatry	Velká cena Slovenska — sl, osl	ž	TJ Vysoké Tatry
22.-23. 2.	Desná	NKZ+nár. liga ČSR - sk. C — 2× sl	M, ž	TJ Desná
22.-23. 2.	Jáchymov	NKZ žactva — sl, osl	ž	TJ Jáchymov
23.-25. 2.	Špindlerův Mlýn	NKZ+nár. liga ČSR - sk M — osl, sj	M, ž	Technika Brno
25. 2.-2. 3.	Špindlerův Mlýn	[CKZ+I. liga — 2× sl, 2× osl	M, ž	Technika Brno



Čtyřicet let Horské služby

Horská služba v českých zemích oslavila loni čtyřicet let zasloužilé činnosti. K jejímu založení došlo v roce 1934. Zima 1933/34 byla neobyčejně příznivá pro zimní sporty, což se také projevilo velkou účastí lyžařů a zimních turistů v horách. Začátkem února se však v Krkonoších rozpoutala prudká sněhová bouře, při které během několika hodin zahynulo šest lidí. Podle zpráv bylo v této zimě v horách celkem 18 obětí. Stoupající počet obětí hor dal podnět ke vzniku záchranné organizace. Ve Špindlerově Mlýně byl v roce 1934 ustaven Sbor dobrovolných záchranců, který se stal začátkem současné Horské služby. Až do roku 1939 členové Sboru vykonávali službu v Krkonoších úplně zdarma a bez pomoci jakéhokoliv orgánu. Po zániku Sboru v roce 1939 dochází k obnovení jeho činnosti po skončení druhé světové války v roce 1945 jako Horské záchranné služby. V dalších letech jsou zakládány pobočky nejdříve na Šumavě a v Jeseníkách, potom v Beskydech, Krušných horách, Jizerských a Orlických horách.

V roce 1954 dochází k začlenění do jednotné tělovýchovné organizace a zřízení jednotné celostátní Horské služby včetně Slovenska. V roce 1964 při 30. výročí založení a 10. výročí začlenění do ČSTV bylo uděleno Horské službě prezidentem republiky státní vyznamenání „Za vynikající práci“. Činnost v českých zemích je organizována v sedmi horských oblastech na 131 stanicích, z nichž je 19 základních. Velký pokrok byl zaznamenán v technickém vybavení HS. Ve většině ob-

lastí je řádné radiové spojení mezi stanicemi, záchrannými vozidly, hlídkami i záchrannými družstvy. Vedle placených pracovníků má HS 757 dobrovolných členů a čekatelů HS. Zatímco v roce 1954 bylo 25 hledaček v roce 1973 62, úrazů těžkých 1835 (v roce 1964 780), lehčích 1769 (1410), hlídek v terénu 4966 (2922), asistence 604 (568), práce v terénu 38 508 (9258), přednášek 2044 (1782) a vůdcovských

služeb 5574 (5327). Činnost Horské služby si zaslouží mimořádné uznání, neboť zajišťuje bezpečnost lyžařů v našich horách.

Práce jejích členů je veřejnými i politickými orgány vysoce ceněna. Svědčí o tom i skutečnost, že řada pracovníků HS se stala členy národních výborů. Ocenění se dostává HS také od stranických a státních orgánů.

Horská služba nastupuje do akce u Luční boudy (snímek nahoře) — Svoz raněného na červené sjezdovce ve Sv. Petru





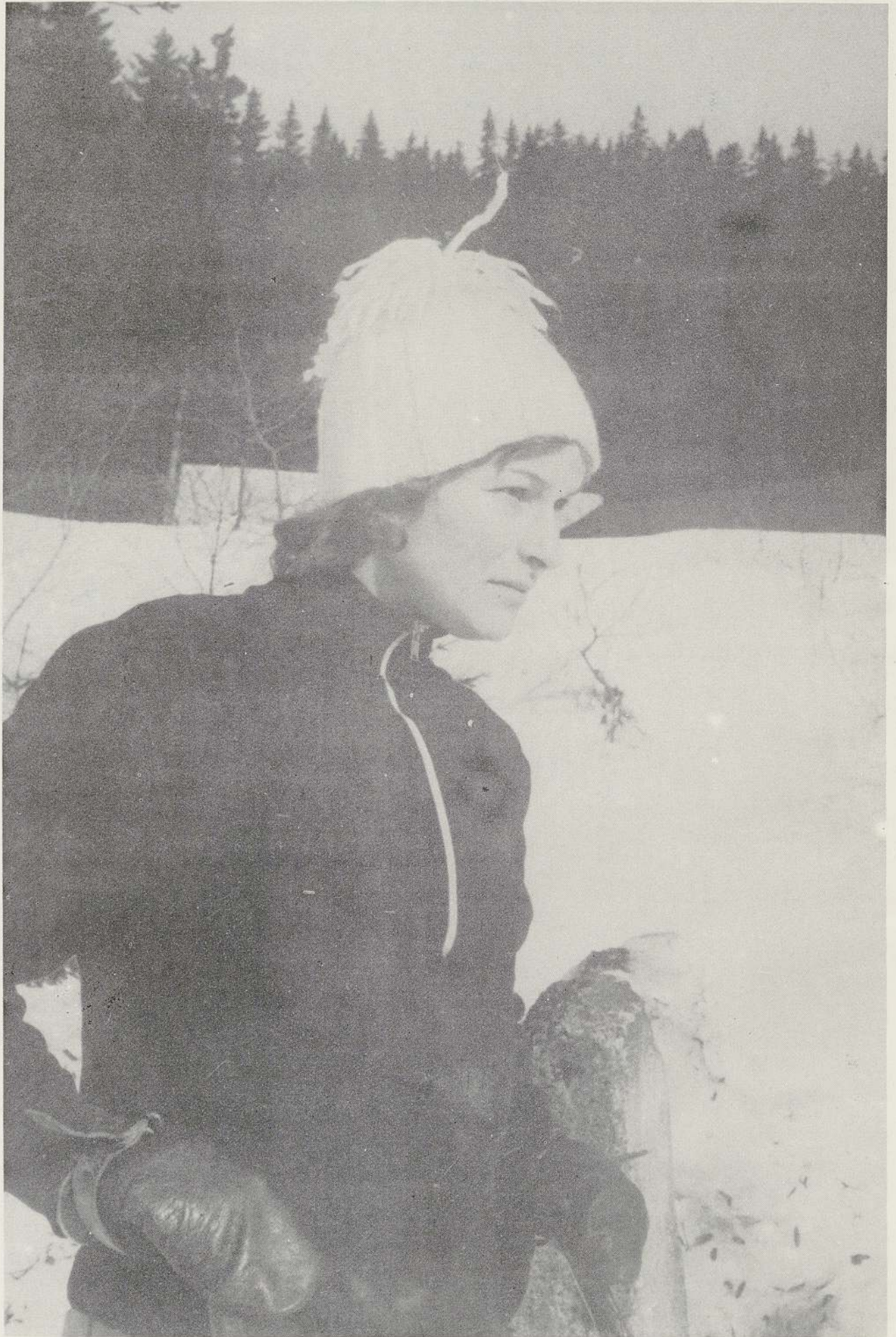
Pr. Sedláček 887

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ ÚNOR 1975 ♦ Kčs 3,—

2





Z OBSAHU PRÍŠTÍHO ČÍSLA

SKOKANSKÉ TURNÉ
PŘÁTELSTVÍ

PŘEDOLYMPIJSKÉ
ZÁVODY V SEEFELDU

MISTROVSTVÍ ČSSR
ZAHÁJILO SPARTAKIÁDNÍ
SOUTĚŽE

SVĚTOVÝ POHĀR
VE SJEZDOVÝCH
DISCIPLÍNÁCH

NA PRVNÍ STRANĚ OBĀLKY KAREL
KODEJŠKA, KTERÝ V 23. ROČNÍKU
INTERSPORTURNĚ VE SKOKU NA
LYŽÍCH OBSADIL ČTVRTÉ MÍSTO, NA
DRUHĚ STRANĚ NOVĀ ČLENKA ČS.
REPREZENTAČNÍHO DRUŽSTVA BĚŽ-
KYŇ ALENA SOLANSKĀ, NA ZADNÍ
STRANĚ OBĀLKY ANNA DROPOVĀ,
KTERĀ BOJUJE VE SVĚTOVĚM PO-
HĀRU SJEZDAŘEK.

lyžařství

ROČNÍK 61 ČÍSLO 2
Číslo Indexu ČUTI 46 813

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janecký. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eidlpes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentůvská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskářské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 6. ledna 1975.

VÍTAZNÝ FEBRUÁR v dejinách československého ľudu

V období osláv 30. výročia oslobodenia Československa slávnou Sovietskou armádou pripomíname si i 26. výrocie historického víťazstva našej robotnickej triedy a všetkých pracujúcich vo februári 1948. Vtedy dosiahla naša robotnícka trieda vo zväzku s ostatnými pracujúcimi miest a dedín rozhodné víťazstvo nad buržoáznou reakciou, ktoré znamenalo zásadný mocenský prelom vo vývoji národnej a demokratickej revolúcie a otvorilo nám cestu k budovaniu socializmu.

Február 1948 patrí medzi najvýznamnejšie medzníky v dejinách našich národov a Komunistickej strany Československa, lebo ním sa skončila historická etapa, v ktorej splnila robotnícka trieda významnú časť svojho dejinného poslania; zobrala moc buržoázii a nastolila diktaturu proletariátu. Tak Komunistická strana Československa dosiahla jeden z revolučných cieľov, ktorý si vytýčila pri svojom založení roku 1921. Február 1948 sa tak stal začiatkom nového obdobia, v ktorom sa idey socializmu začali prakticky realizovať a socialistický spoločenský poriadok sa stal skutočnosťou.

Dvadsaťte šieste výrocie Víťazného februára si pripomíname vo významnom období všestranného rozvoja socialistickej spoločnosti, kde pracujúci v priemysle, poľnohospodárstve, stavebníctve, doprave, obchode, službách, aj na úseku vedy, kultúry, školstva a na ďalších pracoviskách uskutočňujú náročný program XIV. zjazdu Komunistickej strany Československa.

Československo sa po Februári pevne začlenilo do vznikajúceho socialistickeho spoločenstva štátov. Úspešné dovŕšenie procesu prerastania národnej a demokratickej revolúcie na socialistickej malo veľký význam pre obohatenie skúseností medzinárodného komunistickeho hnutia, pretože Február znamenal nástup k výstavbe socializmu v prvej priemyselne vyspelej krajine na svete. Aj v našich československých podmienkach sa popri špecifických zvláštnostiach plne prejavili všetky všeobecné zákonitosti socialistickej revolúcie, platné pre všetky krajiny budujúce socializmus. Náš Február tým prispel k vyvráteniu jednej zo základných téz antikomunizmu a reformizmu že socialistickej revolúcia a budovanie socializmu sú uskutočniteľné len v menej vyvinutých krajinách. Víťazný boj Komunistickej strany Československa v rokoch 1944 až 1948 je svedectvom tvorivého uplatňovania marxizmu-leninizmu a potvrdením skúseností, ktoré získal Sovietsky zväz a ostatné socialistickej štáty. Tieto poznatky môžu byť zdrojom poučenia i pre všetky krajiny, ktoré bojujú proti kapitalizmu a usilujú sa o prechod k socializmu.

Februárovým víťazstvom pracujúceho ľudu sa utvorili rozhodujúce podmienky pre rozvíjanie bratských internacionálnych vzťahov medzi Čechmi a Slováckmi a príslušníkmi ostatných národností. Predovšetkým socialistickej industrializácia a internacionálna pomoc českej robotnickej triedy prispeli k postupnej premene Slovenska na priemyselne vyspelú krajinu. Riešenie národnostnej otázky, ktorá patrí medzi najrozličnejšie úlohy pri budovaní socializmu, sa premietalo i do všetkých ostatných oblastí života národov a národností Československa. Bratské internacionálne vzťahy medzi Čechmi a Slováckmi sa pozdvihli federatívnym usporiadaním štátu na vyššiu úroveň.

Jedným zo základných odkazov februárového víťazstva pracujúcich je plné pochopenie významu spojenectva našej socialistickej vlasti so Sovietskym zväzom a ostatnými socialistickými štátmi. Historické skúsenosti nášho ľudu, preverené v rokoch predmníchovskej republiky, druhej svetovej vojny, pri oslobodzovaní Československa v roku 1945, vo februárových udalostiach, v období budovania socializmu i v rokoch 1968—1969, plne dokázali, že tento zväzok zostáva pre nás dôležitým garantom našej národnej a štátnej bezpečnosti a suverenity proti agresii medzinárodného imperializmu. V zhode s historickým odkazom Februára budeme ďalej prehľbovať naše spojenectvo a priateľstvo so Sovietskym zväzom a ostatnými socialistickými krajinami, usilovať sa o ďalšie upevňovanie socialistickeho tábora a spolu s ostatnými pokrokovými silami vo svete bojovať proti silám imperializmu a agresii.

26. výrocie februárového víťazstva pracujúceho ľudu je významnou udalosťou v živote našej spoločnosti. Dnes už má Február opäť miesto v našej histórii, ktoré mu právom patrí. Pre naše národy a Komunistickú stranu Československa predstavuje jeden z najvýznamnejších dejinných medzní-

(Dokončení na str. 5)

Rakušané zazářili v 23. Intersportturné

Rakouští reprezentanti byli pro lyžařské experty velkým překvapením 23. ročníku Intersportturné ve skoku na lyžích za účasti nejlepších závodníků sedmnácti zemí. Obsadili v soutěži čtyř místků NSR a Rakouska první tři místa a skvělými výkony šokovali své soupeře. Zvítězili ve všech čtyřech závodech a v celkové klasifikaci obsadili první tři místa.

Karel Kodejška čtvrtý

Dvacetiletý Karl Schnabl se pochlubil třemi vítězstvími na olympijských místcích v Garmisch-Partenkirchenu a Innsbrucku a v závěrečném závodě na místku Paula Ausserleitnera v Bischofshofenu, první místo v celkové klasifikaci však musel přenechat o rok mladšímu krajanu Willi Fürstlovi, který stál na nejvyšším stupni při zahajovacím závodě v Oberstdorfu a měl vyrovnané výkony stejně jako druhý Edi Federer. Schnabl skončil v celkovém pořadí třetí jen vinou druhého slabšího skoku — 82 m v prvním závodě v Oberstdorfu, kde se 170,5 bodu skončil až na 35. místě.

Potěšitelnou skutečností bylo, že nejnádražnějšími soupeři Rakušanů v průběhu soutěže se stali čs. reprezentanti. Měli již tradičně slabší začátek v Oberstdorfu, „promazali“ na mokřem sněhu v Garmisch-Partenkirchenu, na rakouské půdě na nově upraveném velkém olympijském místku v Innsbrucku a v Bischofshofenu bojovali však o přední místa. Nejspolehlivějším členem šestičlenného týmu byl Karel Kodejška, který v celkovém pořadí obsadil čtvrté místo. V Oberstdorfu byl jedenáctý, v Garmisch-Partenkirchenu čtrnáctý, v Innsbrucku čtvrtý a v Bischofshofenu druhý. Kapitán čs. družstva Rudolf Höhn, který přijel již podesáté k této nejvýznamnější mezinárodní soutěži, skončil sedmý. Začal 24. místem v Oberstdorfu, v Garmisch-Partenkirchenu se posunul o dvě místa, v Innsbrucku byl osmý a v Bischofshofenu čtvrtý, přičemž ve druhém kole nejdelším skokem v závodě — 106 m — vyrovnal rekord místku. V první dvacíce se umístil ještě další člen družstva Jindřich Balcar na 17. místě. Leoš Škoda se teprve dostává do formy a byl 26. Pro osmnáctiletého Břetislava Nováka a jeho bratra o dva roky mladšího juniora Františka Nováka byla účast v Intersportturné velkou školou. Škoda, že František Novák se zranil (natažený postranní vaz) a startoval jen v zahajovacím závodě. Břetislav Novák v soutěži 85 skokanů ze sedmnácti zemí, kteří nastoupili k první-



Čs. reprezentační družstvo skokanů před odjezdem na Intersportturné. Zleva: František Novák, Jindřich Balcar, Rudolf Höhn, trenér Jáchym Bulín, Karel Kodejška, vedoucí výpravy člen předsednictva VSL ČSTV Jiří Pilař, Leoš Škoda a Břetislav Novák

mu závodě v Oberstdorfu, byl 41. Soutěž dokončilo 72 skokanů.

Mladé rakouské družstvo pod vedením trenéra Baldura Preimla překvapilo své soupeře velmi dobrými výkony všech členů. Přispěla k nim nejen svědomitá příprava, ale také vybavení novou výzbrojí a výstrojí. Nové lyže z umělé hmoty rakouské firmy Fischer byly nejrychlejší a zejména na vlhkém sněhu byla patrná jejich přednost, stejně jako doprovodný servisní tým, který se staral o správné namazání lyží. Vysoké boty pomáhaly k větší jistotě při doskocích a zvlášť upravené kombinézy k dokonalému a klidnému letu vzduchem. Všechny účastníky Intersportturné šokoval hned prvním skokem do soutěže v Oberstdorfu Rakušan Federer, který se startovním číslem 1 skočil 97 m. Zejména pak na mokřem sněhu v Garmisch-Partenkirchenu byli Rakušané úspěšní a pět jich skončilo v první desítce. Nervovou krizi prožíval v soutěži dvojnásobný mistr světa 1974 Hans-Georg Aschenbach. V Oberstdorfu v prvním soutěžním kole se snažil najet novou stopu, ale skočil jen 85 m, v Innsbrucku v prvním kole propásl odraz a měl nejkratší skok v soutěži vůbec — 67 m. V závěrečném závodě v Bischofshofenu se již dostal do formy a jeho stylově velmi dobré skoky měly i délku, takže obsadil v tomto závodě třetí místo. Celkově skončil však až čtrnáctý a ani ostatním favorizovaným skokanům NDR se nevedlo tak, jak se všeobecně očekávalo. Sovětské a japonské družstvo přijelo na turné s mladými skokany. Ze sovětských závodníků byl

nejlepší 21letý Jurij Kalinin z Leningradu, který obsadil deváté místo a startoval na čtyřech místcích NSR a Rakouska již popáté. Výkony Japonců byly zklamáním. Teprve v závěrečném závodě si Kakuta vybojoval patnácté místo a v celkové klasifikaci skončil 28. Velmi dobrou výkonnost znovu potvrdil osmnáctiletý student Stanislav Bobak, který je nadějí polského skokanského sportu. Jeho páté místo a vyrovnané výkony svědčí o dobré připravenosti na novou sezónu. Pádem při svém závěrečném skoku 108 metrů v Bischofshofenu se připravil o ještě větší bodový zisk. Ve srovnání s 22. ročníkem byla na všech závodech větší návštěva a televizní přenosy do šestnácti zemí přinesly zajímavou podívanou.

HLASY TRENÉRŮ A ZÁVODNÍKŮ

Trenér čs. reprezentačního družstva skokanů Jáchym Bulín: „S výsledky našich skokanů jsem spokojen, byl to dobrý vstup do mezinárodní sezóny. Škoda, že začátek Intersportturné v Oberstdorfu nebyl úspěšnější a že jsme „promazali“ na mokřem sněhu v Garmisch-Partenkirchenu. Přesto naši skokani byli největšími soupeři výborného rakouského družstva, zejména v závěru soutěže. V Bischofshofenu naši závodníci i tentokrát podali vynikající výkony, především Kodejška a Höhn, který nejdelším skokem 106 m v soutěži vyrovnal rekord místku. Jindřich Balcar špatným odrazem ve druhém kole se připravil v tomto závodě o umístění v první desítce. Leoš Škoda se teprve dostává

do formy a věřím, že stejně jako loni i letos v jejím závěru bude mít dobré výsledky. Pro Břetislava Nováka byla účast v Intersportturné cenným sbíráním zkušeností. Škoda, že se zranil náš nejlepší junior František Novák, který absolvoval jen první závod. Poznal však atmosféru velké mezinárodní soutěže a viděl přehledku skokanů světové špičky.

Rakušané překvapili všechny účastníky skvělými vyrovnanými výkony, jakož i novými lyžemi z umělé hmoty, vyrobenými rakouskou firmou Fischer, opěrkami na botech přispívajícími k větší jistotě při doskoku a aerodynamickými úpravami kombinéz z nového materiálu. V přípravě na ZOH 1976 dovedli náležitě využít všech novinek a doslova šokovat své soupeře. Na jejich skocích byl patrný cílevědomý trénink a pozoruhodná fyzická zdatnost všech členů kolektivu. Hodně trenérů i skokanů jiných zemí si kladlo otázku, zda tato forma vydrží Rakušanům i pro zimní olympijské hry v příštím roce. Jejich pozoruhodné výsledky zalarmovaly reprezentační týmy ostatních zemí k zintenzivnění přípravy a dá se očekávat, že se to projeví již v dalších závodech sezóny. Bude zajímavé, jak si povedou rakouští skokani na 3. mistrovství světa v letech na lyžích 13.—16. března v Kulmu.

Velmi se osvědčily naše skokanské lyže Sokol, které po „skočkách“, vyrobených firmou Fischer, byly nejrychlejší. Nových zkušeností bude třeba využít při jejich další výrobě. Byly středem pozornosti četných skokanů z jiných zemí.

Kapitán čs. družstva Rudolf Höhn: „V úspěšném začátku sezóny bychom měli pokračovat. Výsledky byly tentokrát lepší než v loňském roce a zejména Kodejška zaskákal v životní formě. Také Jindřich Balcar nezklamal. Leoš Škoda má i v této sezóně slabší začátek, věřím však, že brzy přijde zlepšení jeho formy. Břetislav Novák se v těžké soutěži „otrávil“ a umí ještě víc, než byly jeho výsledky. Škoda, že se zranil benjamínek týmu František Novák a nemohl pokračovat v Intersportturné, které každoročně přináší cenné zkušenosti.

Velkým překvapením pro všechny bylo vyrovnané mladé družstvo Rakouska a nedovedu si vysvětlit, jak je možné, že za necelý rok udělalo takové pokroky. Není to otázka nové výzbroje, ale je to v lidech. V rakouském týmu skákali velmi dobře všichni jeho členové. Toto prvenství budou chtít jistě udržet i v příštím olympijském roce. Musíme přidat, abychom udrželi krok se světovou špičkou.

Karel Kodejška: „Za dobré výkony vděčím i vynikajícím lyžím Sokol, zejména na prachovém a zmrzlém sněhu. Po letové stránce je pokládám za nejlepší. Mám radost, že se nám podařilo úspěšný start do předolympijské sezóny.“

Leoš Škoda: „Tentokrát se mi na Intersportturné nedařilo. Jako sedmnáctiletý jsem zde skákal lépe. Věřím však, že dobrá forma teprve přijde.“

VÝSLEDKY

Zahajovací závod v Oberstdorfu 29. prosince 1974 (P=90 m): 1. Pürstl (Rakousko) 217,4 b. (99+97), 2. Bo-

bak (Polsko) 210,9 b. (96+95), 3. Schmidt (NDR) 210,8 (99+90), 4. Halvorsen 203,0 (97+93), 5. Sätre (oba Norsko) 200,9 (94+92), 6. Federer (Rakousko) 200,5 (97+93), 7. Kalinin (SSSR) 199,3 (90+92), 8. Maunu (Finsko) 198,8 (93+94), 9. Wosipiwo (NDR) 194,6 (91+93), 10. Schmid (Švýcarsko) 193,8 (89+93), 11. Kodejška (ČSSR) 193,4 (92+94), 12. Bachler (Rakousko) 192,8 (94+88), 13. Krzysztofiak (Polsko) 190,5 (89+91), 14. Petrov 189,1 (90+89), 15. Abramov (oba SSSR) 187,8 (91+91). — Umístění dalších čs. reprezentantů: 24. Höhn 180,9 (83+93), 25. Jindřich Balcar 180,6 (86+93), 33. Škoda 172,3 (86+86), 46. Břetislav Novák 154,2 (78+85), 52. František Novák 147,9 (84+82 m).



Trenér čs. reprezentačního týmu skokanů Jáchym Bulín

Druhý závod v Garmisch-Partenkirchenu 1. ledna 1975 (P=87 m): 1. Schnabl (Rakousko) 226,2 (92+93), 2. Ylianttila (Finsko) 226,0 (91,5+90,5), 3. Millonig (Rakousko) 222,2 (91,5+93,5), 4. Federer 221,6 (92+91,5), 5. Pürstl 220,7 (89+93,5), 6. Schmidt 220,3 (87,5+91,5), 7. Hans-Georg Aschenbach (NDR) 220,1 (88+90,5), 8. Lipburger (Rakousko) 216,2 (89,5—90,5), 9. Suslikov (SSSR) 213,5 (86+91), 10. Danneberg (NDR) 209,4 (87+88,5), 11. Borovitin (SSSR) 209,3 (85,5+88,5), 12. Kalinin 209,2 (85,5+88,5), 13. Glass (NDR) 209,1 (89,5+84), 14. Kodejška 208,8 (86,5+87,5), 15. Bergerud (Norsko) 207,6 (89+87), 16. Škoda 207,5 (87+87,5). — 22. Höhn 205,6 (86,5+87), 40. Břetislav Novák 195,5 (86,5+85,5), 41. Jindřich Balcar 193,5 (84+85,5). František Novák pro zranění nestartoval.

Třetí závod v Innsbrucku 3. ledna 1975 (P=86 m): 1. Schnabl 239,6 (99+100, rekord můstku), 2. Federer 233,3 (98,5+96), 3. Wallner 231,3 (96+98,5), 4. Kodejška (226,4 (97+96,5),

5. Pürstl 226,0 (95,5+97), 6. Bobak 225,3 (96+96), 7. Danneberg (NDR) 224,8 (95,5+96,5), 8. Höhn 224,3 (95+97), 9. Bachler 222,7 (94+96,5), 10. Kampf (NDR) 221,7 (92,5+95,5), 11. Pungg (Rakousko) 217,8 (92,5+94,5), 12. Schmidt (NDR) 215,9 (93+93), 13. Jindřich Balcar 213,9 (92+94), 14. Ito (Japonsko) 213,3 (94+93), 15. Rautionaho (Finsko) 209,3 (90,5+91,5). — 34. Škoda 193,8 (87+90), 43. Břetislav Novák 186,5 (83+89,5). František Novák pro zranění nestartoval.

Čtvrtý závod v Bischofshofenu 6. ledna 1975 (P=90 m): 1. Schnabl 227,0 (94+104), 2. Kodejška 224,8 (93,5+103,5), 3. H. G. Aschenbach 221,1 (91+103,5), 4. Höhn 220,9 (90,5+106), 5. Federer 218,8 (92+100,5), 6. Millonig 215,7 (92,5+98,5), 7. Pürstl 214,9 (90,5+101), 8. Danneberg 211,3 (87+103), 9. Kampf 210,0 (89,5+98,5), 10. Seifert 208,8 (90+97,5), 11. Jacobberger (Francie) 206,4 (91+100,5), 12. Kalinin 206,0 (82+103,5), 13. Suslikov (SSSR) 205,3 (90,5+97), 14. Grosche (NSR) 104,7 (84,5+104), 15. Kakuta (Japonsko) 204,2 (87+99), 16. Jindřich Balcar 202,4 (92,5+94). — 19. Škoda 199,5 (84+101,5), 40. Břetislav Novák 176,3 (84+88,5). František Novák pro zranění nestartoval.

Konečné pořadí v 23. ročníku Intersportturné: 1. Pürstl 879,0, 2. Federer 874,2, 3. Schnabl (všichni Rakousko) 863,3, 4. Kodejška 853,2, 5. Bobak (Polsko) 839,4, 6. Schmidt (NDR) 834,4, 7. Höhn 831,7, 8. Danneberg (NDR) 829,2, 9. Kalinin (SSSR) 821,7, 10. Wallner (Rakousko) 821,6, 11. Kampf (NDR) 817,5, 12. Sätre (Norsko) 817,4, 13. Millonig (Rakousko) 810,8, 14. H. G. Aschenbach (NDR) 807,5, 15. Bachler (Rakousko) 806,3, 16. Halvorsen (Norsko) 802,7, 17. Jindřich Balcar 790,4, 18. Wosipiwo 788,1, 19. Seifert (oba NDR) 786,0, 20. Grünigen (Švýcarsko) 784,4, 21. Borovitin (SSSR), 22. Ylianttila (Finsko) 779,0, 23. Glass (NDR) 777,0, 24. Lipburger (Rakousko) 775,5, 25. Rautionaho (Finsko) 774,3, 26. Škoda 773,1, 27. Maunu (Finsko) 269,0, 28. Kakuta (Japonsko) 767,5, 29. Bergerud (Norsko) 765,9, 30. Suslikov (SSSR) 751,2. — 41. Břetislav Novák 712,5. Bylo klasifikováno 72 skokanů. JAROSLAV TROUSIL

MALÁ JIZERKA

Nové běžecké lyžařské středisko vyrostlo na Malé Jizerce u Horního Polubného. Své působitě sem přenesl především lyžaři Navety Jablonec nad Nisou. Chata Pyramida se pod jejich rukama pomalu přeměnila v moderní tréninkovou základnu. K dispozici jsou od loňského podzimu nově vytyčené standardní běžecké tratě. Vyzkoušeli si je již účastníci I. kola běžecké ligy 21.—22. prosince 1974. Trať jsou dílem trenéra Z. Cillera, který na jejich úpravě odpracoval s ostatními členy TJ stovky brigádnických hodin. Mládeži slouží další okruhy — 1, 2 a 3 km. Rozmary letošní zimy i předchozích let potvrdily největší přednost tohoto střediska: dostatek kvalitního sněhu od listopadu až do dubna! -jk-

Rakušané vedou ve Světovém poháru

Rakušan Franz Klammer po šesti závodech Světového poháru ve sjezdových disciplínách je v čele této soutěže, která je významnou mezinárodní sportovní událostí i televizních přenosů ve většině evropských zemí.

Má náskok 39 bodů před svým krajanem Wernerem Grissmannem a 44 bodů před největším soupeřem a obhájcem trofeje Italem Piero Grosem. Klammer vyhrál všechny tři sjezdy v první části Světového poháru: ve Val d'Isère, Sv. Mořici a v Garmisch-Partenkirchenu. Grissmann byl v těchto závodech dvakrát druhý a ve Sv. Mořici třetí za Italem Plankem. Klammer dále bojoval v zahajovacím obřím slalomu na Kritériu prvního sněhu ve Val d'Isère, kde obsadil páté místo a v Madonně di Campiglio ve stejném závodě byl čtvrtý. Piero Gros projevilo svou sílu především v obřím slalomu, v němž loni zvítězil před Hinterseerem a Thöni. Jeho kořistí se stal tento první závod 5. prosince 1974 ve Val d'Isère a tento úspěch zopakoval v Madonně di Campiglio.

Klammer při sjezdu ve Val d'Isère dosáhl průměrné rychlosti 96,37 km/hod. a v Garmisch-Partenkirchenu, kde vytvořil nový traťový rekord, dokonce 109,418 km/hod. Švýcar Roland Collombin, který měl obhajovat loňské prvenství ve sjezdu, do bojů ve Světovém poháru již nezasáhne. Při prvním sjezdu ve Val d'Isère po 30 vteřinách jízdy při prvním skoku se mu obě špičky lyží zabořily do sněhu, při pádu se zranil na zádech a dostal speciální krunýř. V letošní sezóně již pravděpodobně závodit nebude.

V prvním obřím slalomu ve Val d'Isère příjemně překvapil čs. reprezentant Miloslav Sochor, který obsadil osmé místo a bodoval.

VÝSLEDKY

Obří slalom ve Val d'Isère — Kritérium prvního sněhu 5. prosince 1974 (výškový rozdíl 430 m, v prvním kole bylo 66, ve druhém 68 branek): 1. Gros (Itálie) 3:10,03 min. (1:31,54 + 1:38,49), 2. Stenmark (Švédsko) 3:10,95 (1:30,59 + 1:40,36), 3. Haker (Norsko) 3:11,27 (1:31,11 + 1:40,16), 4. Hinterseer 3:12,29, 5. Klammer (oba Rakousko) 3:12,33, 6. Pietrogiovanna (Itálie) 3:12,97, 7. Junginger (NSR) 3:13,43, 8. Sochor (ČSSR) 3:13,46 (1:31,51 +



Miloslav Sochor je nejúspěšnějším čs. reprezentantem ve sjezdových disciplínách. Na loňském mistrovství světa ve Sv. Mořici v trojkombinaci obsadil čtvrté místo, což bylo dosud největším úspěchem čs. sjezdového lyžování v historii mistrovství světa. V novém ročníku Světového poháru byl osmý v obřím slalomu ve Val d'Isère

1:41,95), 9. de Chiesa (Itálie) 3:13,84, 10. Berchtold (Rakousko) 3:13,87. — Umístění dalších čs. reprezentantů: 41. Zeman 3:20,81, 48. Šoltýs 3:24,46. Startovalo 98 sjezdařů, 58 bylo klasifikováno.

Sjezd ve Val d'Isère — Kritérium prvního sněhu 7. prosince 1974 (délka tratě 3298 m, výškový rozdíl 915 m): 1. Klammer 2:03,19, 2. Grissmann (Rakousko) 2:04,01, 3. Veith (NSR) 2:04,09, 4. Walcher (Rakousko) 2:04,36, 5. Russi (Švýcarsko) 2:04,53, 6. Thöni (Itálie) 2:04,89, 7. Cordin (Rakousko) 2:04,92, 8. Haker 2:05,17, 9. Grabler (Austrálie) 2:05,20, 10. Tritscher (Rakousko) 2:05,58. — 65. Sochor 2:14,75, 71. Šoltýs 2:19,20. Startovalo 85 závodníků, 73 bylo klasifikováno.

Sjezd ve Sv. Mořici 14. prosince 1974 (délka tratě 3210 m, výškový rozdíl 805 m): 1. Klammer 1:54,72, 2. Plank (Itálie) 1:56,08, 3. Grissmann 1:56,60, 4. Cordin 1:57,13, 5. Grabler 1:57,15, 6. Margreiter 1:57,58, 7. Walcher (oba Rakousko) 1:57,65, 8. Beson (Itálie) 1:57,73, 9. D. Zwilling (Rakousko) 1:57,77, 10. Tritscher 1:58,35. — 49. Zeman 1:64,67. Startovalo 65 sjezdařů, 55 bylo klasifikováno.

Slalom v Madonně di Campiglio 17. prosince (výškový rozdíl 200 m, v prvním kole 65, ve druhém 71 branek): 1. Stenmark 1:11,02 (54,90 + 56,12), 2. de Chiesa 1:11,21 (53,43 + 57,78), 3. Radici (Itálie) 1:11,34 (54,02 + 57,32), 4. Bruce (USA) 1:11,82, 5. Berger (NSR) 1:12,30, 6. Frommelt (Lichtenštejnsko) 1:12,34, 7. Neureuther 1:12,68, 8. Fernandez-Ochoa (Španělsko) 1:12,69, 9. Rieger (NSR) 1:13,71, 10. Navillod (Francie) 1:13,92. — 28. Zeman 1:18,40

(57,09 + 61,31). Sochor ve druhém kole upadl a závod nedokončil. Startovalo 86 závodníků, 30 bylo klasifikováno.

Obří slalom v Madonně di Campiglio 18. prosince 1974 (délka tratě 1480 m, výškový rozdíl 323 m, v prvním i druhém kole 65 branek): 1. Gros 3:05,38 (1:32,66 + 1:32,72), 2. Jones (USA) 3:06,08 (1:34,57 + 1:31,51), 3. Pietrogiovanna 3:06,68 (1:33,63 + 1:33,05), 4. Klammer 3:06,75, 5. Thöni 3:06,86, 6. Haker 3:06,97, 7. Hinterseer 3:06,98, 8. de Chiesa 3:07,64, 9. Hunter (Kanada) 3:07,92, 10. Sochor 3:08,41 (1:34,49 + 1:33,92). — 38. Zeman 3:13,04. Z 87 startujících bylo klasifikováno 51.

Sjezd v Garmisch-Partenkirchenu 5. ledna 1975 (délka tratě 3140 m, výškový rozdíl 820 m): 1. Klammer 1:43,31, 2. Grissmann 1:44,70, 3. Walcher 1:44,96, 4. Russi 1:44,97, 5. Plank 1:44,98, 6. Grabler 1:45,43, 7. Tritscher 1:45,60, 8. Will (USA) 1:45,85, 9. Jakober 1:45,90, 10. Berthold (oba Švýcarsko) 1:46,11.

Celkové pořadí ve Světovém poháru mužů po šesti závodech: 1. Klammer 94, 2. Grissmann (oba Rakousko) 55, 3. Gros (Itálie) 50, 4. Stenmark (Švédsko) 45, 5. Walcher (Rakousko) 30, 6. Plank 28, 7. de Chiesa (oba Itálie) 25, 8. Haker (Norsko) 24, 9. Pietrogiovanna (Itálie) 21, 10. Jones (USA) 20 bodů. Čs. reprezentant Miloslav Sochor je na 23.—25. místě se 4 body. — Družstva: 1. Rakousko 224, 2. Itálie 156, 3. Švédsko 45, 4. USA 34, 5. NSR 33, Norsko 24, 7. Švýcarsko 22, 8. Austrálie 16, 9. Lichtenštejnsko 6, 10. ČSSR 4, 11. Španělsko 3, 12. Kanada 2, 13. Francie 1 b.

Moserová-Prölllová opět v čele Světového poháru

Čtyřnásobná vítězka Světového poháru žen ve sjezdových disciplínách 22letá Rakušanka Annemarie Moserová-Prölllová vede i v letošním ročníku po šesti závodech, zatím má však jen třináctibodový náskok před Američankou Cindy Nelsonovou, která byla loni až patnáctá. O třetí místo se dělí lyžařky NSR Rosi Mittermaierová a Christa Zechmeisterová, které mají po 46 bodech.

Moserová-Prölllová zvítězila v obřím slalomu ve Val d'Isère a ve sjezdu v Cortině d'Ampezzo, v zahajovacím sjezdu Kritéria prvního sněhu ve Val d'Isère byla až sedmá stejně jako ve sjezdovém závodě v Saalbachu a ve slalomu v Cortině d'Ampezzo obsadila čtvrté místo. Američanka Nelsonová vyhrála sjezd v Saalbachu, v Cortině d'Ampezzo v této disciplíně byla druhá za Moserovou-Prölllovou a ve Val d'Isère čtvrtá. Závodnice NSR Mittermaierová se zabýšela vítězstvím ve slalomu v Cortině d'Ampezzo, ve sjezdu v Saalbachu získala bronzovou medaili a v obřím slalomu ve Val d'Isère byla šestá. Její krajanka Zechmeisterová obsadila druhé místo ve slalomu v Garmisch-Partenkirchenu, třetí ve slalomu v Cortině d'Ampezzo a čtvrté v obřím slalomu ve Val d'Isère. Boje jsou tentokrát zatím značně vyrovnanější.

Ve Světovém poháru bojují také dvě čs. reprezentantky Anna Droppová a Dagmar Kuzmanová. Droppová obsadila dvanácté místo ve slalomu v Garmisch-Partenkirchenu, kde z 80 startujících závodnic bylo jen 17 klasifikováno. Dagmar Kuzmanová si vedla nejlépe v obřím slalomu ve Val d'Isère — skončila třináctá.

VÝSLEDKY

Sjezd ve Val d'Isère — Kritérium prvního sněhu 4. prosince 1974 (délka tratě 2150 m, výškový rozdíl 555 m): 1. Drexelová (Rakousko) 1:25,90, 2. Zurbriggenová (Švýcarsko) 1:26,16, 3. Debernardová (Francie) 1:26,74, 4. Nelsonová (USA) 1:26,78, 5. Treichlová (NSR) 1:27,24, 6. Schrolllová 1:27,33, 7. Moserová-Prölllová (obě Rakousko) 1:27,45, 8. Kreinerová (Kanada) 1:27,48, 9. Eppleová (NSR) 1:27,62, 10. Munfordová (USA) 1:27,79. — **58. Dagmar Kuzmanová 1:32,63.** Droppová byla diskvalifikována. Startovalo 63 sjezdařek, 60 bylo klasifikováno.

Obří slalom ve Val d'Isère — Kritérium prvního sněhu 8. prosince 1974 (výškový rozdíl 320 m, 55 branek): 1. Moserová-Prölllová 1:22,22, 2. Kasererová (Rakousko) 1:22,74, 3. Serratová (Francie) 1:22,82, 4. Zechmeisterová (NSR) 1:23,17, 5. Nadígová (Švýcarsko) 1:23,35, 6. Mittermaierová (NSR) 1:23,71, 7. Ducrozová (Francie) 1:23,98, 8. Debernardová 1:24,32, 9. Morerodová (Švýcarsko) 1:24,39, 10. Drexelová 1:24,40. — **30. Dagmar Kuzmanová 1:26,43, 44. Droppová 1:27,60.**

Sjezd v Cortině d'Ampezzo 12. prosince 1974 (délka tratě 2300 m, výškový rozdíl 540 m). 1. Moserová-Prölllová 1:29,45, 2. Nelsonová (USA) 1:29,92, 3. Drexelová 1:30,79, 4. Debernardová 1:30,81, 5. Schrolllová (Rakousko) a Rouvierová (Francie) obě 1:30,86, 7. Kasererová 1:30,89, 8. Serratová 1:31,52, 9. Evi Prölllová (Rakousko) 1:31,73, 10. Jacotová (Francie) a Clif-

fordová (Kanada) obě 1:31,81. — **33. Droppová 1:35,57.**

Slalom v Cortině d'Ampezzo 13. prosince 1974 (v prvním kole 54, ve druhém 52 branek): 1. Mittermaierová 91,73 (49,43+44,30), 2. Serratová 93,73 (49,82+44,45), 3. Zechmeisterová 94,27 (49,82+44,45), 4. Moserová-Prölllová 94,53, 5. Kasererová 94,80, 6. B. Clifordová 95,08, 7. Sacklová (Rakousko) 95,17, 8. Jacotová 95,48, 9. Kreinerová (Kanada) 95,84, 10. Schrolllová (Rakousko) 96,05. — **23. Droppová 98,82.**



Autogram Dagmar Kuzmanové je cenou památkou pro mladou příznavkyni lyžařského sportu

Sjezd v Saalbachu 21. prosince 1974 (délka tratě 2700 m, výškový rozdíl 650 m): 1. Nelsonová 1:36,26, 2. Nadígová 1:36,49, 3. Mittermaierová 1:37,00, 4. Eppleová 1:37,11, 5. Treichlová 1:37,22, 6. Deuflová (Rakousko) 1:37,32, 7. Moserová-Prölllová 1:37,43, 8. Wenzelová (Lichtenštejn.) 1:37,63, 9. B. Clifordová 1:37,65, 10. Drexelová 1:37,74. — **26. Droppová 1:39,92, 52. Dagmar Kuzmanová 1:45,31.** Startovalo 56 závodnic, 53 bylo klasifikováno.

Slalom v Garmisch-Partenkirchenu 4. ledna 1975 (výškový rozdíl 180 m, v prvním kole bylo 54, ve druhém 55 branek): 1. Morerodová 97,32 (50,23+47,09), 2. Zechmeisterová 98,26 (51,14+47,12), 3. Fjelstadová (Norsko) 101,68 (51,72+49,96), 4. Chalvinová (Francie) 101,78, 5. Matousová (San Marino) 103,73, 6. Wenzelová 103,78, 7. Mösenlechnerová (NSR) 105,44, 8. Spiessová (Rakousko) 106,20, 9. Evi Prölllová 106,38, 10. Eppleová 106,48. — **13. Droppová 110,20 (50,17+54,03).** Startovalo 80 závodnic, z nichž jen 17 bylo klasifikováno.

Pořadí ve Světovém poháru žen po šesti závodech: 1. Moserová-Prölllová (Rakousko) 69 b., 2. Nelsonová (USA) 56, 3. Mittermaierová a Zechmeisterová (obě NSR) po 46, 5. Drexelová (Rakousko) 42, 6. Serratová (Francie) 38, 7. Kasererová (Rakousko) 32, 8. Debernardová (Francie), 30, 9. Nadígová 28, 10. Morerodová (obě Švýcarsko) 27 b. — Pořadí družstev: 1. Rakousko 346, 2. Itálie a NSR po 148, 4. Francie 95, 5. USA 88, 6. Švýcarsko 83, 7. Švédsko 45, 8. Norsko 39, 9. Kanada 16, 10. Lichtenštejnsko 15, 11. Austrálie 10, 12. San Marino 8, 13. ČSSR 4, 14. Španělsko 3 b.

VÍTAZNÝ FEBRUÁR v dejinách československého ľudu

(Dokončení ze str. 1)

kov. Február má pre nás živú, aktuálnu politickú platnosť, pretože z neho čerpáme poučenie pre riešenie súčasných úloh všestranného rozvoja socialistickej spoločnosti. Revolučný odkaz Februára je zdrojom poučenia, tvorivej aktivity a sily pre uskutočnenie záverov XIV. zjazdu KSČ.

Je priam symbolické, že v období osláv Víťazného februára československí lyžiari pripravujú množstvo významných športových podujatí na počesť 30. výročia oslobodenia našej vlasti. Najväčšou udalosťou je započatie Československej spartakiády v Liberci. Zimná časť spartakiády je prvou zahajovacou časťou veľkolepých osláv našich športovcov ako jeden z príspevkov osláv oslobodenia. Z ďalších podujatí, ktoré sa uskutočnia vo februári, sú masové lyžiarske bežecké preteky „Biela stopa SNP“ z Kremnice do Banskej Bystrice. Vo Vysokých Tatrách sa uskutoční jubilejný XX. ročník medzinárodných zjazdových pretekov o Veľkú cenu Slovenska.

Okrem uvedených dôležitých a veľkých podujatí naši lyžiari uskutočnia rad akcií a pretekov v celej našej vlasti, ktoré sú menej publikované a menej známe. Sú však pripravované s láskou k horám a športu, s láskou k našej vlasti, čím aktívne prispievame k oslavám Februára, Októbra a k oslavám 30. výročia oslobodenia našej vlasti.

Ing. LADISLAV HARVAN, CSc., predseda politickovýchovnej komisie

EVROPSKÝ POHÁR SJEZDAŘŮ V PLNÉM TEMPU

Kromě Světového poháru je již v plném proudu také Evropský pohár ve sjezdových disciplínách. V soutěži mužů po šesti závodech je v čele osmnáctiletý Švéd Ingemar Stenmark společně s Rakušanem Kurtem Engstlerem. Oba mají po 50 bodech. Stenmark vyhrál zahajovací slalom ve Vipitenu a obří slalom ve Sterzingu, Engstler dva sjezdy v Laaxu, které se konaly během jediného dne na stejné trati. Ingemara Stenmarka dobře znají i čs. příznivci lyžařského sportu z loňského jeho startu v závěru Světového poháru ve Vysokých Tatrách. V obřím slalomu i ve slalomu byl druhý za Italy Grosem a Thönim. Mladý Švéd si úspěšně vede i ve Světovém poháru. Po šesti závodech je čtvrtý se 45 body. Jeho největším úspěchem bylo vítězství ve slalomu v Madonně di Campiglio a v zahajovacím obřím slalomu byl druhý.

Slalom ve Vipitenu 7. prosince 1974 (výškový rozdíl 180 m, 65 a 64 branek): 1. Stenmark (Švédsko) 96,58 (48,55+47,73), 2. de Chiesa (Itálie) 96,97, 3. Amplatz (Itálie) 98,17, 4. Hinterseer (Rakousko) 98,52, 5. Senoner (Itálie) 99,21, 6. Bonnevie (Francie) 99,32. Startovalo 123 závodníků, 63 bylo klasifikováno.

Obří slalom ve Sterzingu 8. prosince 1974 (výškový rozdíl 320 m, 56 branek): 1. Stenmark 2:25,57 (1:10,17+1:15,40), 2. Hinterseer 2:26,44, 3. Senoner 2:27,12, 4. Hauser (Rakousko) 2:27,67, 5. Pegorari (Itálie) 2:28,44, 6. Good (Švýcarsko) 2:28,40.

Sjezd v Laaxu 14. prosince 1974 (délka tratě 3500 m, výškový rozdíl 970 m): 1. Engstler 2:04,73, 2. Feyer-

singer 2:04,93, 3. Witt-Döring 2:05,09, 4. Dorner 2:05,65, 5. Klingenschmied 2:06,04, 6. Eberhard (všichni Rakousko) 2:06,37. Startovalo 83 závodníků, bylo klasifikováno 72.

Druhý sjezd v Laaxu 14. prosince 1974 na stejné trati jako první závod: 1. Engstler 2:04,52, 2. Feyersinger 2:04,58, 3. Witt-Döring 2:05,94, 4. Dorner 2:06,29, 5. Heftl 2:06,91, 6. Lüscher (oba Švýcarsko) 2:07,36.

Slalom 22. prosince 1974 ve Sportinii (výškový rozdíl 160 m, 57 branek): 1. Gros 98,84 (47,66+51,18), 2. Radici (oba Itálie) 100,32, 3. Gensbichler (Rakousko) 103,53, 4. Ambrogio (Itálie) 103,62, 5. Rhyner 103,68, 6. Schwendener (oba Švýcarsko) 103,99.



Úspěšný Švéd Ingemar Stenmark

Obří slalom v Ebnat-Kappelu 29. prosince 1974: 1. Bieler (Itálie) 2:28,49 (1:11,52+1:16,97), 2. Hemmi 2:28,73, 3. Good 2:29,01, 4. Fournier (všichni Švýcarsko) 2:29,04, 5. Frommelt (Lichtenštejnsko) 2:29,14, 6. Sottaz (Švýcarsko) 2:30,38.

Po šesti závodech jsou v čele Evropského poháru sjezdařů Švéd Stenmark a Rakušan Engstler, kteří mají po 50 bodech. Další pořadí: 3. Feyersinger 40, 4. Hinterseer 31, 5. Witt-Döring (všichni Rakousko) 30, 6. Gros a Bieler po 25, 8. Radici 24, 9. Senoner (oba Itálie) 23, 10. Dorner (Rakousko) 22 b.



Druhý trenér čs. reprezentačního týmu běžců Jan Weissshäutel na mistrovství světa 1974 ve Falunu

Materiálové vybavení čs. běžeckých družstev

Kvalitní a nejmodernější materiálové vybavení je jedním z předpokladů vrcholových výkonů v lyžařském sportu. S rostoucí výkonností čs. závodníků v klasických disciplínách se ukazovalo, že v otázce vybavení zaostáváme a našim závodníkům ve vrcholných soutěžích často chyběla nejmodernější výzbroj. Systém nákupu pro ČSTV není natolik pružný, aby zachytil rychlé tempo každoročních podstatných změn ve výrobě materiálu pro špičkové závodníky a proto bylo nutné zajistit přímý kontakt s jednotlivými výrobci. Velmi nám pomohly zkušenosti našich kolegů - sjezdařů, kteří podobným způsobem pracují již delší dobu. Po vzoru sjezdařského ski poolu vznikl v sezóně 1974-75 i československý ski pool v běžeckých disciplínách.

Ski pool umožňuje vybavit členy reprezentačních družstev nejlepším materiálem, který firmy poskytují Svazu lyžování ČSTV bezplatně a pevně stanovené poolové poplatky slouží ke krytí výdajů spojených s tréninkovými tábory a starty v zahraničí. V poolu klasických disciplín 1974-75 je deset zahraničních firem.

LYŽE

Fischer (Rakousko): firma vyrábí běžecí lyže, jejichž konstrukce je založena na principu kombinace dřeva, laminátu a jsou vylehčeny vzduchový-

mi kanály. Lyže jsou dodávány se třemi druhy skluznic, což zaručuje dobré jízdní vlastnosti na všech druzích sněhu.

Kneissl (Rakousko): firma produkuje běžecí lyže vyrobené z acrylové pěny a laminátu se dvěma druhy skluznic. Skluznice z drásaného polyetylénu má vynikající jízdní vlastnosti a většina firem jí od firmy Kneissl přejala pro své letošní modely. Kromě toho vyrábí firma i lyže se skluznicí pro prachový sníh.

Splitkein (Norsko): firma vyrábí kromě klasických dřevěných lyží s umělou skluznicí, laminátové lyže kon-

struované na základě kombinace acrylové pěny, dřeva a laminátu. Skluznice je z drásaného polyetylénu. Laminátové lyže jsou vyráběny ve dvojitým provedení, pro mokrý a suchý sníh.

Skilom (Norsko): vyrábí klasické dřevěné lyže s umělou skluznicí a laminátové lyže z acrylové pěny a laminátu podobné konstrukce jako firmy Kneissl, se skluznicí z drásaného polyetylénu. Lyže této u nás poměrně neznámé značky byly nejrychlejší v předsezónních testech.

Sundins (Švédsko): firma vyrábí klasické dřevěné lyže s umělou skluznicí a laminátové lyže konstruované na kombinaci acrylové pěny, dřeva a laminátu se dvěma druhy skluznic.

HOLE

Liljedahl (Norsko): vyrábí běžecské hole se zalomeným zakončením a bodcem z tvrdých slitin. Kroužek je zvláštní konstrukcí, zamezující zachytávání zejména mokrého sněhu na kroužku.

Moon (Švédsko): vyrábí kovové hole se zalomeným zakončením a bodcem z tvrdých slitin. Hole jsou opatřeny standardním kroužkem nebo koulí, která je ovšem vhodná pro dobře upravené tratě.

VÁZÁNÍ

Rottefella (Norsko): z mnoha firem, vyrábějících lyžařské vázání, je v našem poolu hlavním dodavatelem firmy Wittco, která má ve světovém lyžování výsadní postavení a její výrobky jsou v současné době nejkvalitnější. Vázání je klasické konstrukce s perem a kohoutkem, umožňujícím volit stupeň přitlačení. Je tříšroubové a má na rozdíl od jiných zmenšenou rozteč zadních šroubů na 26 mm a tím je zajištěno dokonale držení zejména v laminátových pěnových lyžích.

Skilom (Norsko): tříšroubové vázání klasické konstrukce s perem a kohoutkem, umožňujícím regulovat stupeň přitlačení.

Astra-Walico: norská akciová společnost je členem ski poolu společně se svým obchodním partnerem firmou Liljedahl. Vyrábí vosky značky SWIX.

Jméno	lyže	hole	vázání
Jiří Beran	Fischer	Liljedahl	Skol
Zdeněk Böhm	Kneissl	Moon	Rottefella
Jan Fajstavr	Splitkein	Moon	Rottefella
Stanislav Henych	Kneissl	Liljedahl	Rottefella
Milan Jarý	Fischer	Liljedahl	Skol
Josef Kubíca	Kneissl	Liljedahl	Skol
Ján Matejbus	Fischer	Moon	Rottefella
Ján Michalko	Fischer	Liljedahl	Rottefella
Jaroslav Saidl	Kneissl	Moon	Rottefella
František Šimon	Fischer	Moon	Rottefella
Alena Bartošová	Skilom	Liljedahl	Rottefella
Helena Bekešová	Kneissl	Liljedahl	Rottefella
Ludmila Harvánková	Fischer	Moon	Rottefella
Miroslava Jaškovská	Fischer	Liljedahl	Rottefella
Květa Jeriová	Sundins	Moon	Rottefella
Anna Pasiarová	Kneissl	Moon	Rottefella
Blanka Paulů	Sundins	Moon	Rottefella
Gabriela Sekajová	Splitkein	Liljedahl	Rottefella
Alena Solanská	Skilom	Moon	Rottefella
Emília Šuleková	Splitkein	Liljedahl	Rottefella

Také členové čs. reprezentačního družstva sruženářů jsou vybaveni běžkami kvalitní zahraniční výroby a postupně se zajišťuje kvalitní mate-



Trenér čs. reprezentačního družstva běžkyň Bohouš Rázl se sněhovým skúterem, který byl důležitým pomocníkem při přípravě našich reprezentantek v Krkonoších

Dodává pro naše družstva vosky běžecské produkce i některé speciální vosky, vyráběné v malých sériích v laboratorických firmách.

Firmy, které jsou členy našeho ski poolu, patří mezi nejlepší výrobce lyžařského vybavení. Jsou zárukou toho, že naše reprezentační družstva byla do nové sezóny vybavena nejkvalitnějším materiálem.

Úkolem ski poolu je i propagovat a prosazovat zúčastněné firmy na našem trhu. Kritický a dlouho trvajícím nedostatek kvalitního běžecského materiálu v našich obchodech je známý a spolupráce Svazu lyžování ČSTV s našimi dovozními organizacemi by mohla v budoucnu přinést v tomto směru zlepšení.

Přinášíme přehled členů čs. reprezentačních běžecských družstev a jakým jsou vybaveni materiálem:

Mladý sruženář roku 1975

Výbor svazu lyžování ČOV ČSTV - úsek závodu sruženého vyhlásil na počest 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou soutěž o získání titulu „Mladý sruženář roku 1975“. Zúčastní se jí mladší a starší žáci a mladší dorostenci.

Výběr se bude provádět podle následujících kritérií:

- morálně volní vlastnosti — prospěch ve škole, chování ve škole, tréninková morálka, společenská angažovanost a poměr ke kolektivu,
- výkonnostní - umístění ve vrcholných soutěžích ČSR a ČSSR.

Vyhlášení bude provedeno k 9. květnu 1975 a uveřejněno v časopise „Lyžařství“ a ve sportovním tisku.



Květa Jeriová je novou členkou čs. reprezentačního družstva běžkyň

riálová vybavení i pro juniorské reprezentační běžecské týmy.

JAN WEISSHÄUTEL
druhý trenér repr. družstva běžců

I lvi sjezdovek mají křehké kosti



Hemžení sjezdějících lyžařů na zasněžených svazích by vypadalo krásně ...

... kdyby někteří z nich nemuseli dojíždět na záchraných saních Horské služby



nikdy nebyli ochotni podstoupit. I pro tuto lehkomyšlnost mají odborníci sice nešetrný, ale výstižný termín: „dočasné pomatení mysli“.

Podle mínění sportovních lékařů není tento nedostatek soudnosti kompenzován žádným zvýšením fyzické zdatnosti nebo výkonnosti klíčových orgánů. Sjezd na lyžích nijak nezvyšuje trénovanost srdce a oběhového systému. Spíše naopak. Stres a často i pocity strachu vyvádějí z rytmu i krevní čerpadlo mladých lidí. U každého třetího účastníka závodu pozorovali sportovní lékaři chorobné změny v křivkách elektrokardiogramu.

Podle zmíněného lékařského časopisu „Euromed“ dosahuje z miliónového zástupu lyžařských nadšenců svůj cíl „zvýšit výkonnost a přijímat maximum kyslíku“ jen ona menšina, která se věnuje také běhu na lyžích a občas také stoupá do kopce.

Ing. PAVEL BORSKÝ

Statisticy v oboru lyžařských úrazů vypočetli, že v letošní zimní sezóně si v alpských zemích zlomí nohu čtvrt miliónu lyžařů a několik set jich při tomto sportu přijde dokonce o život. A nedejte se mýlit: nejde o žádné zastrašování. Kdo by měl možnost nahlédnout do podkladů, z nichž byly tyto údaje vypočteny, mohl by spíše dospět k závěru, že jsou příliš střízlivé. Stoupající tendenci lyžařských úrazů nezabránilo dosud ani drahé boty vysoké do půlky lýtek, ani správně seřízená bezpečnostní vázání. Na sjezdové lyžování připadá 31 procent všech sportovních úrazů (kopaná se na nich podílí 26 procenty). Každé druhé lyžařské zranění je těžké (u kopané jen každé páté). Počet fraktur neustále stoupá.

Hlavní příčinou tohoto vývoje je netrénovanost stále rostoucího počtu milovníků tohoto sportu, kteří se mu odávají během víkendů nebo krátkých zimních dovolených. Švýcarský fyzik Benno Nigg říká, že příčinou, proč se lámou kosti a trhají šlachy, je především to, že „jakmile lyžař svou rychlost při sjezdu zdvojnásobí, se zatížení bérce zvýší čtyřnásobně“. A nepřiměřená rychlost na špatně upravených, boulovatých nebo dokonce špatně zasněžených sjezdovkách, navíc úzkých a klikatých, s jakými se setkáváme mnohdy u nás, nebezpečí ještě dále zvyšuje. „Lvi“ sjezdovek, kteří pro nedostatek techniky chtějí ohromovat své okolí alespoň razantním tempem, projevují odvahy, která je v naprostém nepoměru k jejich umění. Švýcarsští odborníci pro toto chování zdivočelých „rádobyšampionů“ používají dva termíny: „imponovací mánie“ a „exhibicionismus sportovních kohoutů“.

Specialisté v oboru lyžařských nehod našli způsob, jak zjistit s naprostou přesností, jak jsou namáhány kosti nohou při sjezdu na lyžích. Inženýr Nigg z curyšského Vysokého učení technického sestrojil důmyslné zařízení, jež poprvé umožňuje provést přesná měření přímo u sjezdějícího lyžaře. Drobné snímače měrných hodnot váží jenom 2 gramy. Upevňují se na hlavu, boky a holenní kost. Elektronický měřič úhlu zjišťuje příslušné ohnutí kolenního kloubu. Bezprostředně před vázáním je upevněno teflonové kolečko s hroty zasahujícími do sněhu, které se začíná otáčet, jakmile se lyžař rozjede. Na sedmi kanálech pak přijímá Nigg výsledky měření. Údaje dokazují, že už při sjezdění v mírném tempu musí bérce odolávat nárazům a otřesům, které vždy několikrát překonávají obyčejné tíhové zrychlení „g“. Na tvrdém sněhu uježděné trati, se kterým se řadový lyžař v našich střediscích musí spokojit nejčastěji, je noha už při rychlosti 30 km/hod. vydána námaze rovnající se 30–40 g. Při rychlosti 54 km/hod. na průměrné sjezdovce naměřili výzkumníci až 85 g, na uježděné trati dokonce 110 g. Při rychlosti 100 km/hod. doléhá na kosti v určitých okamžicích až 150 g. Podle názoru lékařského časopisu „Euromed“ kostní materiál tak tvrdé nárazy dlouhodobě neunes, unaví se a nakonec se láme.

Rychle stoupající počet zlámaných holenních kostí — průměrné náklady na léčení takovéto fraktury bez komplikací činí v NSR 3–5 tisíc marek — nelze tedy připsat jen na vrub špatně seřízených bezpečnostních vázání. Je to do značné míry logický důsledek extrémního zatížení. Mnozí lyžující rekreaanti berou na sebe při sjezdění zcela bezstarostně riziko, které by v každodenním životě

Lyžaři v Armádním středisku vrcholového sportu DUKLA Liberec

Rozbor zkušeností z přípravy špičkových sportovců ukázal na nutnost její koncentrace do relativně samostatných center — středisek vrcholového sportu, která svojí organizační strukturou, politickovýchovnou činností, kádrovým a materiálním zabezpečením vytvářejí optimální podmínky pro komplexní proces přípravy a výchovy sportovců reprezentantů ČSSR. K podobným závěrům se přirozeně dospělo i v ostatních sportovně vyspělých státech a bylo jen otázkou času jakým způsobem, v jakých podmínkách a kvalitě se bude příprava špičkových sportovců realizovat. Je na místě připomenout, že v tomto směru jsme se za světovým vývojem v řadě sportů — lyžování nevyjímáme — poněkud opozdili. Nedokázali jsme včas zachytit ofenzivu zejména sportovců socialistických států, ačkoliv byly dostatečně známy podmínky, které vedly k dosahování výsledků světové a evropské úrovně v širším měřítku.

Teprve nová koncepce zabezpečení vrcholového sportu a sportovní reprezentace ČSSR tak, jak byla schválena v ČSTV a rozhodujícími resortech (FMNO, MV, školství) vychází ze soudobých potřeb této oblasti a reálně odráží progresivní zkušenosti z přípravy špičkových sportovců především socialistických zemí, které účelně modifikuje do našich podmínek.

Lyžování jako významnému olympijskému sportu se v této souvislosti otevírají širší možnosti jeho rozvoje ve vrcholovém pojetí. K tomu bylo nezbytně kvalifikovaně analyzovat předpoklady jednotlivých disciplín čs. lyžařského sportu ve vztahu k prognóze jejich vývoje a reálným možnostem našich závodníků zasahovat do světové špičky. Tradice lyžařského sportu, jeho historické kořeny a dosažené výsledky nás lyžařské pracovníky zavazují přistupovat k postupné realizaci této analýzy v rámci nové organizační struktury vrcholového sportu s největší zodpovědností.

V Čs. lidové armádě je dlouhodobě věnována odpovídající péče o rozvoj lyžování v jeho základní i vrcholné formě. Již v ATK (Armádní tělovýchovný klub) a později ÚDA (Ústřední dům armády) se ve velmi dobrých podmínkách připravovaly kádry čs. reprezentačních družstev a bylo dosahováno vynikajících výsledků. Nová organizační struktura Armádního střediska vrcholového sportu DUKLA Liberec navazuje na zkušenosti získané z předchozí centralizace přípravy lyžařů s cílem dále zvyšovat podíl ASVS v čs. reprezentačních družstvech jednotlivých disciplín a v rozhodujících světových a evropských soutěžích dosáhnout takových výsledků, které budou adekvátní vytvářeným podmínkám pro trénink vrcholných sportovců.

V takto centralizovaném, vědecky řízeném a specifikovaném tělovýchovném procesu vystupuje do popředí nutnost zajistit ve prospěch jeho kvality zejména:

- výběr kvalitních trenérských kádrů s odpovídajícím vzděláním,
- výběr a integraci mladých perspektivních závodníků podle příslušných kritérií,
- odpovídající sociální podmínky v návaznosti na časové podmínky tréninku,
- odpovídající materiální vybavení, včetně tréninkových prostorů a prostorů pro odpočinek,
- odpovídající stravu — kaloricky i složením,
- v systému politickovýchovné práce trvale uplatňovat zásadu dalšího vzdělávání pro odpovídající společenské uplatnění po skončení závodní činnosti.

Zkušenosti dále ukázaly, že je zapotřebí centralizovat a operativně využívat ty druhy pracovišť, které byly až dosud dislokovány mimo středisko vrcholového sportu.

Jde zejména o tyto oblasti:

- pracoviště pro lékařské sledování sportovců s odpovídajícím vybavením (spiroergometrie, chem. laboratoř, motorické testy) s možností bezprostředního vyhodnocování,
- psychologické pracoviště s laboratoří,
- specializovaný kabinet pro názorné vyučování a rozboru techniky (videorekordéry, kino, foto),
- oddělená pracoviště trenérů uzpůsobená k zpracování údajů získaných z výše uvedených pracovišť a údajů z vlastního tréninkového procesu.



Trenér běžců Dukly Liberec a reprezentačního týmu Jaroslav Honců dává poslední pokyny svým svěřencům před tréninkem

Zde je třeba zvýraznit skutečnost, že i v budoucnu bude zapotřebí periodicky využívat ústředních vědeckovýzkumných pracovišť, se kterými je udržována trvalá a hodnotná spolupráce (FTVS, Ústřední vojenská nemocnice, Výzkumný ústav psychiatrický aj.) s cílem obohacovat vlastní pracoviště o nejnovější vědecké poznatky.

Praxe a výsledky posledních let ukazují, že součinnost s vědeckými pracovišti je užitečná a vedla k prohloubení a modelování systému týmové práce (trenér, lékař, metodik, psycholog) zejména u družstva běžců.

Celý proces výchovy a přípravy sportovců v našem Armádním středisku vrcholového sportu zahrnuje přirozeně mnohem širší problematiku. Tato krátká úvaha podtrhuje pouze některé faktory, které pokládám za významné pro dosahování lepších výsledků u lyžařů našeho ASVS, jejichž počet představuje podstatnou část čs. reprezentačních družstev. OTTO JANOUŠEK, člen VSL ÚV ČSTV

PRÁCE TRENÉRA PŘED BĚŽECKÝM ZÁVODEM

Při rozboru práce trenéra před závodem v běhu je nutno v úvodu zdůraznit, že při současném vývoji nemůže trenér sám vrcholný závod zabezpečit, ale že je nutná spolupráce celého týmu pracovníků. Trenéroví přísluší role vedoucího a koordinátora práce tohoto týmu.

Každý závod má své zvláštnosti, ale celkem lze vytýpat úkoly, které se vyskytují před většinou soutěží. Tyto úkoly lze rozdělit na dvě skupiny: jednak úkoly, které je nutno provádět v delším časovém odstupu před závodem, a úkoly posledního dne před závodem a v den závodu.

I. ÚKOLY PROVÁDĚNÉ 2—7 DNÍ PŘED ZÁVODEM

1. Sledování výkonnosti sportovců při tréninku, kontrolních závodech a testech. Podle těchto výsledků zařazuje trenér při losování závodníky do výkonnostních skupin (často i s přihlédnutím k určitým taktickým záměrům).

2. Sledování předpovědi a vývoje počasí, teploty vzduchu a sněhu, stavu závodní běžecké stopy několik dní před závodem (nejlépe v takovém časovém úseku, ve kterém se uskuteční i závod) a podle tohoto pozorování upřesňovat před vlastním závodem volbu mazání, popř. předvídat změny, které mohou v průběhu závodu nastat. Z tohoto hlediska je možno i taktizovat při zařazování závodníků do skupin.

II. ÚKOLY DEN PŘED ZÁVODEM A V DEN ZÁVODU

- Zařazení závodníků do skupin při losování soutěže.
 - Schůzka se závodníky v předvečer soutěže:
- seznámit družstvo s časovým programem na den závodu (budíček, snídaně, kde bude mazání lyží, popř. příprava lyží již večer před závodem nanesením základního vosku),
 - rozdání startovních čísel, popř. sdělení kdo a kdy startovní číslo závodníku vydá,

- zdůraznění nutnosti překontrolovat výzbroj i výstroj,
 - zvláštní přání závodníků na složení snídaně,
 - dotaz na zdravotní stav závodníků, popř. ještě zajistit ošetření u lékaře,
 - pro závodníky s neklidnějším a lehkým spánkem zajistit vydání farmaceutických prostředků,
 - zeptat se na dotazy závodníků k nastávající soutěži.
3. Vyzve jnutí startovních čísel a startovních listin.
 4. Rozepsání startovních listin a vytypování kvalitních závodníků, na které budou měřeny a hlášeny mezičasy.
 5. Schůzka s členy týmu, zabezpečujícího závod:
 - přesné rozdělení úkolů pro den závodu a časové vymezení,
 - stanovit v kolik hodin bude budíček, kdo bude budit a zajistit seznam čísel pokojů,
 - zkoušení lyží, kdo je provede a kolik párů lyží,
 - služba u startu, dohled na rozježdění, hlídání času startu, případné úpravy mazání, péče o oložené svršky a tašky,
 - měření mezičasů, určení stanovišť a jmenovité obsazení.

DEN ZÁVODU

1. Namazání lyží a vyzkoušení různých druhů vosků — podle počtu zkoušejících, zjištění stavu stopy a sněhu na stěžejních místech tratí (nejvyšší a nejnižší bod; slunečná stráž apod.).
2. Dotaz u velitele tratí, zda stopa je již definitivní, nebo zda bude ještě strojově nebo jinak upravována.
3. Určit konečný druh a způsob mazání — popř. i taktickými prvky pro jednotlivé závodníky a s ohledem na jejich osobitou techniku jízd.
4. Setkání se závodníky:
 - dotaz na zdravotní stav a schopnost zúčastnit se závodu,
 - sdělení trenéra o stavu počasí a stopy,
 - sdělení o druhu a způsobu mazání a volbě nevhodnější značky lyží,
 - určení taktiky pro závod podle jednotlivců.
5. Kontrola, zda každý závodník má při odchodu do prostoru startu startovní číslo a běžecké boty.
6. Krátká zkouška mazání závodníky, popř. konečná úprava.
7. Předběžná kontrola vývoje počasí, změn teploty a stavu stopy, jednak na vlastním teploměru a jednak porovnání s oficiálním sdělováním.
8. Dohled na rozježdění a zapracování závodníků v prostoru startu nebo na tréninkové stopě.

9. Upozornění závodníků na místo, kde se značí lyže a pak dohled na to, zda všichni závodníci mají před odstartováním lyže řádně označeny.

10. Sledování startovního času a usměrnění, popř. ukliďení závodníků v posledních chvílích před startem.

11. Start.

Některé úkony a kontroly se zdají být samozřejmé a možná i zbytečné. Je nutno však říci, že na nic se nesmí zapomenout a že je lepší každou věc raději dvakrát zkontrolovat, než ji opomenout.

Před závodem se ve chvílích určité nervozity někdy vyskytnou specifické situace, jejichž úspěšné řešení závisí na po-



Trenér čs. sáruženářů
Josef Kutheil

hotovosti a improvizaci schopnosti nejen závodníka, ale i trenéra nebo člena týmu, který závodníka zabezpečuje. Jako příklad uvedu příhodu, které jsem byl svědkem na předolympijských závodech v roce 1963 v rakouském Seefeldu.

Bylo před startem závodu v běhu na 30 km. Byl velký mráz, asi 25 stupňů pod nulou a z tohoto důvodu bylo zahájení závodu o jednu hodinu odloženo. Závodníci, zabaleni v oteplovacích nebo několika teplákových soupravách, se až do doby startu rozjížděli a na poslední chvíli se svlékali a startovali. V této atmosféře se svlékal jeden ze švédských běžců.

Do chvíle startu zbývala jedna minuta a závodník i jeho trenér byli velmi překvapeni, neboť na závodním triku chybělo startovní číslo. Co dělat? Do hotelu bylo daleko a do startu chybělo již jen 30 vteřin. Situace pro přihlížející i samotného závodníka se zdála naprosto beznadějná, ale nikoli neřešitelná pro jeho trenéra. Vrhl se k činovníkovi, který prováděl značení lyží, vytrhl mu z ruky štětec s barvou a s ledovým klidem namaloval startovní číslo přímo na dres švédského závodníka. Ten odstartoval včas, běžel velmi dobře a nakonec obsadil třetí místo. O jeho úspěchu rozhodl v hodině dvanácté jeho pohotový trenér.

JOSEF KUTHEIL

Zmínky o dávných tradicích lyžování se dočteme v leckterých populárních textech; kupodivu ale jen málokde lze nalézt jejich věrohodné doklady. Pokusil jsem se proto shrnout nejvýznamnější obrazové i textové ilustrace, vztahující se k dějinám lyžování v době před naším letopočtem — tedy před dvěma tisíci a více lety.



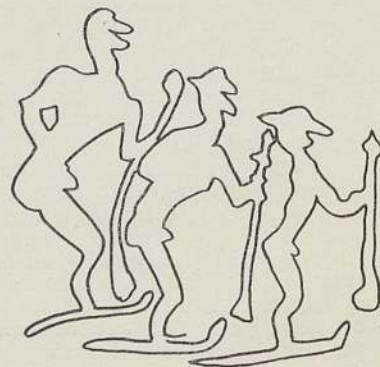
Nejstarší znázornění lyžaře je na kameni, nalezeném na Rudém ostrově v Norsku (obr. 1). Obrys lyží je v originálu dlouhý 35,5 cm. Pochází pravděpodobně z let 1400 až 750 před naším letopočtem. Zajímavé série portrétů lyžařů byly nalezeny na pobřeží Bílého moře a řeky Vyg, která se do něho vlévá (obr. 2). Pocházejí asi z 5.—6. století před naším letopočtem. Některé detaily těchto vyobrazení by mohly nasvědčovat myšlence, že lyža-

Lyžování před naším

ři byli nazí; podle odborného mínění historiků umění tomu tak ale není, zdá se spíš, že byli podivně oblečeni — na hlavách měli speciální kukly, které prý měly připomínat některá zvířata (např. zajíce) a usnadnit tak čarovným způsobem jejich lov.

Zdá se, že už v dobách dost dávných nelyžovali jen Seveřané, ale že klouzavý pohyb na sněhu museli zvládat i obyvatelé některých jižnějších horstev. V roce 400 před naším letopočtem procházelo řecké vojsko pohořím arménského Tauru; v nadmořských výškách okolo 3000 metrů putovali hlubokým sněhem. Vyčerpání z fyzické námahy brodění v sněhu, poškozování nohou mrazem, ba i poškozování očí osluněním, jim způsobily značné ztráty. Zhruba 250 km západně od Araratu narazili na Armence; po'arilo se jim však odvrátit je na útěk. V Xenofontově zápise (originál viz obr. 3) se praví: „Nepřátelé se podělili a spustili se po sněhu dolů do hlubokého údolí.“ Lze si představit, že k rychlému ústupu toho druhu by se jim by-

ly mohly hodit sjezdovky; skutečně také někteří komentátoři tohoto textu soudí, že zmínka se vztahuje k možnému použití něčeho na způsob lyží. Xenofon pravděpodobně zařadil tuto zmínku do své knihy právě proto, že nezvykle čilý pohyb nepřátel na sněhu překvapil opěšalé Řeky, kteří se sněhem prodlírali obtížně a pomalu.



Pravidlový kongres FIS 1975

Za několik týdnů, ve dnech 25.—31. května, se v San Francisku sejdou zástupci národních lyžařských svazů ke společnému zasedání na 30. kongresu Mezinárodní lyžařské federace (FIS). Od skromných začátků v roce 1910, se dvěma státy zastoupenými v tehdejší mezinárodní lyžařské komisi, rozrostl se lyžařský sport a FIS v mohutné světové hnutí, sdružující 46 národních lyžařských svazů. Evropa v tomto hnutí zaujímá stále ještě dominující postavení, lyžařský sport a FIS zapustily však hluboké kořeny již také v dalších kontinentech světa, jak ukázaly ZOH 1960 v Squaw Valley, MS 1966 v Portillu a ZOH 1972 v Sapporu. Třicátý kongres FIS bude první schůzkou členů federace na americké půdě.

Agenda 30. kongresu je bohatá. Podstatná část jednacího pořádku je vyhrazena návrhům na změny a doplňky Mezinárodního soutěžního řádu (MSR). Tyto návrhy je možno předkládat kongresu k projednání vždy po uplynutí čtyřletého období. Tentokrát tedy jde o tzv. pravidlový kongres,



Výbor Svazu lyžování se stará o prohlubování vědomostí a získávání cenných zkušeností svých činovníků. Dokladem toho byl i seminář trenérů skoku, který se konal ve Frenštátě pod Radhoštěm. Jeho účastníci sledují skoky čs. reprezentantů na nejpětším můstku s umělou hmotou na světě

jehož hlavním úkolem je usměrnit další vývoj závodního lyžařského sportu stanovením pokrokových pravidel pro jeho provádění podle návrhů národních lyžařských svazů — členů FIS a technických komisí FIS.

Jaké návrhy federaci předkládá VSL ŮV ČSTV? Náš svaz se prostřednictvím svých zástupců ve federaci vždy velmi intenzívně účastnil prací, zaměřených k tomu, aby pravidla MSR byla v souladu s technickým vývojem jednotlivých disciplín, aby se nestala brzdou dalšího vývoje některé disciplíny. Tentokrát ohlásil svaz sekretariátu FIS k registraci celkem 6 návrhů, které budou zahrnuty do programu kongresového jednání. Konkrétně VSL ŮV ČSTV navrhuje:

— ve sruženém závodě použít pro výpočet bodů za délku těchto tabulkových hodnot:

u můstků s normovým bodem

více než 60,5 m —	1 m = 1,6 b.
40,5 — 60 m —	1 m = 1,8 b.
25,5 — 40 m —	1 m = 2,4 b.
15,5 — 25 m —	1 m = 3,0 b.
do 15 m —	1 m = 3,6 b.

Přijetím návrhu by i ve sruženém závodě délky k tabulkovému bodu (TP) byly v každém kole hodnoceny 60 body. Výpočet by se podstatně zjednodušil a žádný ze závodníků by svým výkonem nemohl ovlivnit body za délku ostatních závodníků. Vyhodnocování délek by se stalo spravedlivějším;

— v letech na lyžích se vrátit k dřívějšímu osvědčenému hodnocení délek, tj. hodnotit každý metr délky 1 bodem. Dosavadní způsob hodnocení (nejdelší skok v každém kole roven 120 bodům) totiž výsledky zkrsluje a umožňuje jedinému závodníkovi ovlivnit hodnocení ostatních závodníků;

— ve sjezdu snížit minimální výškový rozdíl sjezdové tratě pro výjimečné případy z dosavadních 750 m na 650 m. Ukázalo se totiž, že nepříznivé povětrnostní podmínky častokrát nedovolují uspořádat závod ani na tratích s výškovým rozdílem 750 m. Mnoho závodů SP a EP se pak nutně jede na tratích s výškovým rozdílem pod 750 m. To je v rozporu s MSR a zbytečně dává možnost k taktizujícím protestům;

— ve sjezdu zrušit nonstop trénink při ponechání předpisu o 3 tréninkových dnech a prohlídky tratě v den závodu. Nonstop splnil svoji historickou úlohu, zajistit bezpečnost závodníků. Dnes jsou sjezdové tratě nejméně 3 dny před závodem upraveny a vyznačeny pro závod a jsou uvolněny pro trénink. Tím je bezpečnost jezdců dosta-

letopočtem

Památkou na začátky lyžování, zakotvenou ještě v dobách před našim letopočtem, je jazyk. Společný základ indoevropských jazyků, jímž mluvili předkové dnešních Slovanů, Keltů, Románů, Germánů a Indoiránců snad před 5000 lety, obsahoval už mj. slovní kmen „SKEI“, který znamenal „štipat, dělit“. Do jednotlivých indoevropských jazyků přešel tento kmen v mnoha podobách; v češtině ho slyšíme ve slově „sekat“, v ruštině „usekat“, ve staré řečtině to bylo „skeparnon“ (štipadlo) a „schidzein“ (štipatí), v latině „scindere“ (štipatí); až do moderní angličtiny přešlo slovo „skid“ (dřevěný štěp či klín). I v staroskandinávštině znamenalo asi „skidhi“ původně totéž, ale protože se dřevěné štěpy používaly stále častěji ke klouzavému pohybu na sněhu, specializoval se islandský výraz „skidhi“, švédské „skid“ a zkrácené norské „ski“ na pojem „lyží“.

Vidíme, že jak archeologie a dějiny umění, tak i dějiny vojenství, a v neposlední řadě i dějiny indoevropských

οἱ δὲ πολέμιοι
δείσαντες ἤκαν
ἑαυτοὺς κατὰ
τῆς χιόνης εἰς
τὴν νάπην

jazyků, skýtají zajímavé doklady starobylosti lyží jako dopravního, bojového i loveckého prostředku, ba vrhají i částečné světlo na otázku technologického postupu (štipání) výroby prvních „pralyží“ vůbec.

Poděkování: Za rady a za odkazy na literaturu děkuji akad. malíři Jiřímu Šebkovi (Praha) a dr. Janu Šprinclovi (filos. fakulta UJEP, Brno). Reprodukované obrázky jsem překreslil z fotografií v knize: H. Kühn, Die Felsbilder Europas.

Dr. KAREL DANĚK, CSC.

tečně zajištěna. Předpis o nonstopu byl vývojem překonán;

— pro obří slalom mužů stanovit nejen maximální čas 1:40 min., nýbrž také minimální čas 1:20 min. V mnohém obřím slalomu mužů pořádaném v rámci SP a EP, byly dosahovány časy kolem 1:10 min. Takové časy dokazují, že závod ztratil charakter obřích slalomů a poskytuje nežádoucí výhodu slalomářům-specialistům;

— zavést oficiální číslování pro Mistrovství Evropy juniorů v klasických disciplínách, Mistrovství Evropy juniorů ve sjezdových disciplínách a Mistrovství světa v letech na lyžích.

Uvedené návrhy byly zpracovány technickými úseky svazu a konzultovány v nejbližších kolektivech pracovníků s nejvyšší odbornou kvalifikací. Mají být, pokud budou federací přijaty, příspěvkem československých lyžařů k dalšímu rozvoji lyžařského závodního sportu.

Přesný rozsah navrhovaných změn MSŘ, které bude kongres projednávat, dosud není oficiálně znám. Obecně však víme, že návrhů bylo sekretariátu FIS předloženo víc než kdykoli v minulých letech. To odpovídá rychlému, novodobému vývoji závodního lyžařského sportu ve všech disciplínách. Zvláště výrazně je tangován sjezdový sport a lety na lyžích. Není možné v krátkém článku se zabývat pestrou směsicí dosud známých návrhů na změny pravidel v MSŘ. Pro ilustraci stručně uvádím alespoň ně-

kteří z nich. Ve sjezdovém sportu je uvažováno se zrušením nonstopu, s vydáním pravidel pro paralelní slalom, s případným nahrazením dosavadních výpočtových tabulek anglickými tabulkami PMG, umožňující bodové ohodnocení závodníka ihned po jeho průjezdu cílem, se snížením počtu členů jury — rozhodčí na startu a v cíli nemají nadále být členy jury. V předsednictvu jury má technický delegát nahradit arbitra a při rovnosti hlasů má rozhodovat hlas TD. V nejmladší lyžařské disciplíně, v letech na lyžích, jsou diskutovány dvě otázky zásadního významu. Především jde o počet letů. Vychází se ze známé skutečnosti, že trvání kola v letech na lyžích zpravidla nelze předem určit. To je závislé jednak na počtu startujících, ale především na povětrnostních podmínkách. Aby závod neztratil na přitažlivosti pro diváky, má každý závod zásadně sestávat ze dvou kol letů, které se hodnotí. Podle konkrétních podmínek však může soutěžní výbor závod rozšířit ještě o 3. kolo. Dalším problémem je, že při letech na lyžích bývá startovní pole závodníků velmi nesourodé pokud jde o výkonost. To vyvolává obtíže při vyhodnocování jednotlivých závodníků. Problém má být vyřešen zavedením tzv. „handicapového systému“, podle kterého by výkonní závodníci startovali z nižších nájezdů. Za tento „handicap“ by závodník obdržel zvláštní bodovou přírůžku za délku, takže by nebyl poškozen. Změněna musí být i kvalifikační pravidla FIS. Předsednictvo FIS na svém prosincovém zasedání 1974 v Ženevě se již usneslo na prozatímních kvalifikačních pra-

vidlech, přizpůsobených novým pravidlům o olympijské kvalifikaci, přijatých na kongresu MOV ve Vídni na podzim loňského roku. Prozatímní kvalifikační pravidla FIS, která prakticky znamenají značnou liberalizaci ve srovnání s dosavadními pravidly, vstoupila v platnost okamžitě. Komise žen navrhuje zavést distanční závod na 20 km pro ženy. Také ve skoku a ve sruženém závodě jsou navrhovány některé změny a doplňky dosud platných pravidel.

Z heslovitého výčtu předložených návrhů vyplývá, jak rozsáhlá a patrně i obtížná budou tentokrát jednání, zejména v technických komisích, ale pravděpodobně i v plenárních zasedáních. Výsledek 30. kongresu FIS v oblasti MSŘ ovlivní přirozeně v mnoha směrech i naše Pravidla lyžařských závodů. Subkomise rozhodčích federálního svazu je organizačně připravena zpracovat kongresem schválené změny MSŘ v nejkratší možné době. Půjde o úkol co do rozsahu a času velmi náročný, jehož plnění se protáhne na celý rok s konečným cílem připravit a vydat nová Pravidla lyžařských závodů. Nová pravidla, navazující v technické části co nejlépe na pravidla MSŘ, budou nejen vítaným pomocníkem organizátorů závodů a rozhodčích, ale stanou se nepochybně nepostradatelnou pomůckou i odpovědných trenérů v jejich snaze po prohlubování systému tréninku uplatňování všech poznatků v oblasti techniky, taktiky i rozvíjení pohybových schopností svých svěřenců.

Dr. OTTO KULHÁNEK
člen mezinárodní komise VSL ÚV ČSTV

Co nového v lyžařské odborné literatuře?

Začátkem roku 1974 vydalo Státní pedagogické nakladatelství učební texty „Didaktika školního lyžování“, zpracované kolektivem autorů fakulty tělesné výchovy a sportu University Karlovy pod redakčním vedením dr. Felixe Chovance, CSc. V současné době jsou v tisku v toméž nakladatelství další učební texty FTVS UK „Didaktika sjezdových disciplín“, jejichž autorem je dr. Miloš Příbramský.

Učební texty „Didaktika školního lyžování“ si vytklý v úvodu pomáhat posluchačům tělesné výchovy při vytváření didaktických znalostí a dovedností v lyžování, přispět k syntéze jejich teoretických znalostí i praktických dovedností. Chtějí být pomocníkem studentům k úspěšnému zvládnutí lyžařské pedagogické praxe v jejich prvních krocích při samostatném učitelském působení. Přesto se domníváme, že je možné tato skripta doporučit i širší lyžařské veřejnosti, zejména cvičitelům lyžování.

V úvodní části je probrána současná problematika školního lyžování a nás z pohledu možnosti a forem provádění. Autoři upozorňují na výhodnost použití běžecského vybavení v našich podmínkách, umožňující efektivní využití času při základním výcviku, zvláště není-li k dispozici lyžařský vlek.

Úroveň provádění lyžařského výcviku je výrazně ovlivněna osobností cvičitele, který je vede. Z toho důvodu se jeví nutné věnovat lyžařské přípravě učitelů dostatečnou pozornost. Je třeba si uvědomit, že tělovýchovný procesem na školách prochází prakticky všechna mládež a z toho vyplývá, že tato oblast dává nejlepší podmínky pro výběr lyžařských talentů ze značného množství dětí. Proto je v učebních textech věnováno dosti místa problematice didaktiky lyžařského výcviku. Ve stati zaměřené k těmto otázkám je možné se seznámit s určitými novými pohledy a přístupy ve vytváření pohybových dovedností a pojetím

lyžařského výcviku jako pedagogického procesu, který vychází z obecných poznatků teorie motorického učení a obecné teorie vyučování vůbec.

Poněkud zjednodušeně a proto dosti problematicky je podána charakteristika alpských lyžařských škol a jejich vlivu na výuku lyžování u nás. Podobně názor na klasické disciplíny, které jsou charakterizovány jako disciplíny závodní zaměřené na podávání sportovních výkonů, již v současné době není tak jednoznačný. Mají stejný rozsah z hlediska masového provádění jako sjíždění, a jsou rozšířenou formou aktivního odpočinku a rekreace.

Základní lyžařský výcvik je členěn na základní prvky a lyžařskou přípravu, které jsou společně s hlediska lyžařských disciplín. Potom navazuje výcvik v běhu, sjezdu nebo skoku, který vždy začíná speciální přípravou, zaměřenou k nacvičované disciplíně. Trochu toto rozdělení narušuje vyčlenění způsobů brzdění jako samostatného celku, postaveného vedle lyžařské přípravy.

Vlastní úkoly lyžařského výcviku jsou vytyčeny takto:

- vytvořit u žáků aktivní vztah k lyžování, aby bylo možné co nejlépe plnit výchovné a vzdělávací úkoly osnov školního lyžování

- naučit žáky bezpečně a hospodárně se pohybovat na lyžích ve středně náročném terénu

- vytvářet otevřené pohybové dovednosti moderní techniky lyžování a tím vytvářet předpoklady k úspěšnému specializovanému lyžařskému výcviku.

Je pochopitelné, že úkoly lyžařského výcviku je možno chápat a poněkud šířeji a náročněji, nežli je zde uvedeno. To vyplývá z podmínek, v jakých je lyžařský výcvik prováděn a zejména z úrovně žáků.

Dále je lyžařský výcvik členěn na výcvik začátečníků, pokročilých a vyspělých lyžařů. Zdůrazňuje se spojování cviků, rytmus, uvolněnost a přirozenost pohybu. Pokud jde

Zajímavosti ze skokanského sportu

Závod družstev ve skoku na lyžích, který se koná při Skokanském turné přátelství, jehož dějištěm byla letos ČSSR, by se v budoucnu měl stát další skokanskou disciplínou na mistrovství světa. Návrh na zavedení soutěže družstev ve skoku při MS byl již projednáván na kongresu Mezinárodní lyžařské federace (FIS) v roce 1971 v Opatiji a znovu v roce 1973 na kongresu FIS v Nikosii na Kypru. Zatím se nepodařilo tento návrh ČSSR a NDR prosadit. Stálý výbor Skokanského turné přátelství proto rozhodl, že od roku 1974 bude se tato soutěž lidově demokratických států organizovat podle navrhovaných pravidel pro mistrovství světa skokanských družstev, aby se získaly další podklady pro přesvědčení dosavadních jejich odpůrců.



Čs. reprezentační družstvo juniorů při kvalifikačních závodech ve Špindlerově Mlýně. Zleva trenéři Jiří Raška a Pavel Mikeska, dále Petr Umann, Ladislav Jirásko, František Novák, František Novotný, Jozef Kmeť, Milan Mesík, Radek Černoch, Luděk Matura, Milan Pěnička, Vilém Košťál, Jan Bobek a zraněný Karel Štantejský

Proč dosud není Světový pohár ve skoku na lyžích? Je to otázka, kterou často kladou příznivci skokanského sportu. Světový a Evropský pohár ve sjezdových disciplínách získává stále větší popularitu. Má samozřejmě i své potíže růstu, ale bezesporu plní dvě důležité funkce: popularizaci sjezdového lyžování a ekonomické využití času špičkových sjezdařů v sérii závodů na sebe navazujících.

Světové poháry jsou organizovány v celé řadě dalších sportů a všechny slouží jako dlouhodobá soutěž, která

má umožnit vrcholným sportovcům změřit své síly i mimo mistrovství světa a olympijských her. Na MS a OH dokáží sportovci koncentrovat své síly k jedinému termínu a svou několikaletou přípravu buď úspěšně proměnit v získání medailí, nebo mají smůlu — onemocní nebo se zraní a celé dlouhodobé úsilí vyzní naprázdno. Ve Světovém poháru naproti tomu je hodnocena celá řada vybraných soutěží a každému se započítávají pouze nejlepší umístění mezi prvními deseti nebo dvaceti závodníky, jako tomu je

o techniku provádění oblouků, odvolávají se učební texty na publikaci „Základní lyžařský výcvik“, Chovanec a kol., Praha, SPN 1971.

Jízda v pluhu a oblouky v pluhu jsou popsány v kapitole o lyžařském výcviku jinak, nežli je vyučujeme na školení lyžařských cvičitelů a navíc je jejich zařazení v textu v částečném rozporu s uvedenou tabulkou struktury základního lyžařského výcviku. Také způsob návčiku není podán příliš srozumitelně. Spolu s nekritickým hodnocením vlastního přínosu FTVS k pojetí a obsahu lyžařského výcviku lze tato dvě místa označit jako určitou slabinu učebních textů.

Další kapitoly o lyžařské turistice, pořádání závodů a lyžařských výchovně výcvikových zájezdech jsou naopak opět přínosem. Zejména kapitola o lyžařských zájezdech podává vše potřebné od směrnic a příprav na zájezd po kulturně zábavné besedy na chatě, včetně příkladů rozdělení výcviku, režimu dne apod.

Připočteme-li již zmíněné pojetí lyžařského výcviku jako pedagogického procesu s využitím všech moderních poznatků obecné teorie vyučování aplikované do podmínek lyžování můžeme říci, že učební texty „Didaktika školního lyžování“, jak ji zpracoval kolektiv autorů pod vedením dr. Chovance, jsou nesporným přínosem pro oblast vyučování jízdy na lyžích v ČSSR a měli bychom se s nimi seznámit.

Učební texty „Didaktika sjezdových disciplín“, zpracované dr. Milošem Příbramským, se zabývají velmi podrobně problematikou techniky zatáčení na lyžích, která je zde prezentována jako jedna ze složitých a stále se vyvíjejících sportovních technik.

Technika zatáčení na lyžích je námětem diskusí mnoha lyžařských odborníků a existuje na ni celá řada nejrůznějších názorů u nás i v zahraničí. V poslední době se jeví tendence k určitému sblížení stanovisek. Z tohoto hlediska lze spatřovat v učebních textech přínos.

Předkládají celou problematiku metodiky a návčiku techniky sjezdových disciplín zevrubně a v plném rozsahu a

v, cházejí z obecných poznatků pedagogiky, pedagogické psychologie a teorie motorického učení. Komplexní přístup v této oblasti je zatím ojedinelý, neboť jsme spíše svědky poměrně izolovaného přístupu k jednotlivým oblastem, nebo dokonce i jednotlivým problémům zatáčení na lyžích. Schází aplikace poznatků ze zmíněných vědních oborů do podmínek sjezdových disciplín.

Ve statích pojednávajících o současné problematice techniky zatáčení a její charakteristice a návčiku lze vytknout poněkud subjektivní přístup v hodnocení zahraničních technik a i současné situace ve výuce lyžování v ČSSR. Rovněž je příliš zdůrazňován přínos FTVS v této oblasti.

Vyučování jízdy na lyžích v pravém slova smyslu procesu učení bylo zatím u nás opomíjeno a tak aplikace pedagogických přístupů, zásad a metod do podmínek návčiku techniky sjezdových disciplín lze spatřovat jako vůbec největší přínos publikace. To platí i o procesu motorického učení, jeho fázi, stejně jako o vytváření otevřených pohybových dovedností.

Rovněž lze kladně hodnotit snahu o utřídění tak roztržštěné a různorodé klasifikace oblouků, jejich zařazení do jednotlivých etap návčiku techniky a v poslední řadě i jejich popis. Do jaké míry je tato klasifikace přesná a vyčerpávající, ukáže praxe, ale je zřejmé, že jde v zásadě o jediný možný přístup k této problematice.

Závěrem můžeme konstatovat, že přes vytknuté detaily jsou učební texty „Didaktika sjezdových disciplín“ progresivní, přinášejí celou řadu nových přístupů k řešení některých sporných otázek výuky zatáčení na lyžích a naznačují směr, kterým bude třeba v budoucnu zaměřit naši pozornost na cestě za dalším zkvalitněním procesu vyučování jízdy na lyžích u nás.

Znamenají značný přínos nejen pro studenty FTVS, kterým jsou především určeny, ale i pro širší okruh lyžařských odborníků. Najdou v nich zajímavé podněty pro svou práci. Zatím takovouto komplexní materiál postrádali.

JAN MARŠÍK, metodik VSL ČUV ČSTV

kupř. i ve Světovém nebo Evropském poháru sjezdařů. Hodnotí se například z 15 závodů pět. Tím se může stát, že zvítězí závodník, který sice v žádném závodě neobsadil první místo, ale podal v několika závodech dobré stabilní výkony v průběhu celé sezóny. Navrhovali jsme zavedení Světového poháru ve skoku na lyžích již v roce 1967 a pak na několika dalších kongresech FIS. Na posledním kongresu Mezinárodní lyžařské federace v roce 1973 v Nikosii byl podán návrh na zavedení Světového poháru v klasických lyžařských disciplínách. Ani tento návrh však nezískal potřebnou většinu, kterou je nutno nejdříve zajistit v technických komisích FIS (skoku, běhu, závodu sdruženého). Odpůrci myšlenky Světového poháru v klasických disciplínách jsou především zástupci skandinávských zemí, kteří jsou známi svým konzervativním postojem k celé řadě i jiných návrhů. Mají obavu, že zavedením Světového poháru v klasických disciplínách jejich tradiční soutěže jako Holmenkollen, Lahti a Falun ztratí na svém významu. Dalším velkým odpůrcem Světového poháru skokanů je Putzi Pepeunig, sekretář skokanské komise FIS, který argumentuje tím, že by potom mladí skokani vůbec nebyli zařazováni na důležité skokanské závody a utrpěl by tím prý vývoj světového skokanského sportu. To je však nelogický argument, neboť ve Světovém poháru by mohli startovat všichni dobří skokani podle nahlášení národních svazů, právě tak, jak tomu je nyní. Další Pepeunigovy argumenty, že jsou nepředstavitelné potíže se Světovým a Evropským pohárem sjezdařů, které jsou zveličovány hlavně proto, že si uvědomuje, že by Intersportturné, jehož je stálým sekretářem, nebylo jediným tak velkým mezinárodním podnikem s účastí celé světové skokanské špičky, jako je tomu dosud. Bohužel v této otázce není zatím jednoty ani mezi lidově demokratickými státy a proto se ještě nepodařilo získat potřebnou většinu na světovém fóru. Kdy se stane Světový pohár ve skoku skutečností lze tedy těžko předpovědět. Jsem však přesvědčen, že si to v krátké době vynutí nedostatek termínů pro mezinárodní soutěže.

Třetí mistrovství světa v letech na lyžích 13.—16. března 1975 v rakuském Kulmu bude vyvrcholením letošní skokanské sezóny. Svaz lyžování ČÚV ČSTV pořádá tematický zájezd na tento světový šampionát pro lyžařské pracovníky. Mamutíků můstků pro lety na lyžích je na světě pouze pět a poslední šestý bude postaven v ČSSR a to v roce 1978 v Harrachově.

Mistrovství Evropy juniorů v klasických disciplínách bude uspořádáno 27.—29. února 1976 v Liberci a v Bedřichově. Skokanský areál na Ještědu dozná proto určité změny. Bude vybudována společná moderní věž pro rozhodčí, v níž budou umístěni i komentátoři televize, pomocný sekretariát a místnost pro čestné hosty. Ruční ukazatele délek skoků nahradí světelná tabule Nisaspportu. Vrstevnicová komunikace umožní přístup televizní techniky, takže se dočkáme i přímého televizního přenosu z můstků na Ještědu.

MILOSLAV BĚLONOŽNÍK
člen skokanské komise FIS

Lyžařští rozhodčí při výkonu své funkce, která často za nepříznivého počasí není nijak záviděníhodná



Poskytování náhrad rozhodčím lyžování

Na základě zásad pro poskytování náhrad rozhodčím, vydaných ve sbírce směrnic a pokynů ÚV ČSTV čís. 13/1970 vydalo předsednictvo Svazu lyžování ČSTV zásady pro poskytování náhrad rozhodčím lyžování při všech lyžařských soutěžích.

I. ROZSAH PLATNOSTI

1. Podle těchto zásad lze poskytovat paušální náhrady ošatného jakož i náhrady cestovních výdajů jen rozhodčím v souvislosti s jejich výkonem při lyžařských soutěžích. Vztahují se na akce všech složek ČSTV včetně tělovýchovných jednot, jakož i jiných organizací a složek, při nichž působí členové Svazu lyžování ČSTV jako rozhodčí lyžování.

2. Náhrady ošatného a cestovních výdajů lze poskytovat jen rozhodčím, kteří mají platný průkaz rozhodčích nejméně III. třídy nebo jsou pořadatelem určení jako technici — pomocní rozhodčí, jsou oblečeni v lyžařském úboru a označeni odznakem rozhodčího (techniči pořadatelskou páskou).

II. OŠATNÉ

3. Částky uvedené v jednotlivých skupinách soutěží jsou maximální. Řídí-li rozhodčí v jednom dni více soutěží, pořádaných jedním pořadatelem (např. dopoledne běh, odpoledne skok, nebo dopoledne sjezd a odpoledne obří slalom), může mu být vyplaceno ošatné za celý den. Při jednom druhu soutěže (i když trvá celý den) však může dostat pouze ošatné určené za jednu soutěž.

4. Ošatné je vypláceno u soutěží řízených lyžařskými orgány (SL ČSTV, SL ČÚV ČSTV a ZL SÚV ČSTV) pouze tehdy, pokud je ošatné jimi rozpočtováno a dovolí to hospodářská situace těchto orgánů.

5. Ošatné je vypláceno pořadatelem zásadně po skončení soutěže. Protože ošatné je náhradou skutečných výdajů za pořízení a udržování potřebného oblečení rozhodčích, nepodléhá srážce daně ze mzdy ani jinému zdanění.

6. Výše ošatného:

Druh soutěže:

	Kčs za	
	1 soutěž	1 den
a) mezinárodní závody - soutěže řízené SL ČSTV	30,—	45,—
b) soutěže řízené SL ČÚV ČSTV a ZL SÚV ČSTV	20,—	30,—
c) soutěže řízené krajskými svazy	15,—	25,—
d) soutěže řízené okresními svazy lyžování	10,—	20,—
technici - pomocní rozhodčí ve všech soutěžích	6,—	9,—

III. NÁHRADY CESTOVNÍCH VÝDAJŮ

7. Rozhodčím všech lyžařských soutěží, kteří jsou delegováni příslušným svazem lyžování nebo komisí rozhodčích k soutěží, náleží náhrady cestovních výdajů podle směrnic platných v ČSTV (tj. náhrada stravného, nocležného a prokázaného jízdného).

8. Za rozhodčího delegovaného příslušným svazem lyžování k řízení soutěže může být výjimečně jeho zaměstnavateli refundována mzda, kterou mu vyplatil za dobu jeho nepřítomnosti z důvodu funkce rozhodčího, ale pouze tehdy, pokud je dán souhlas k její výplatě příslušným lyžařským orgánem před zahájením soutěže. Refundace se provádí způsobem v ČSTV obvyklým. Zaměstnancům ČSTV, ČÚV a SÚV ČSTV včetně zaměstnanců TJ se poskytuje placené pracovní volno a refundace nepřichází v úvahu.

Tyto zásady jsou platné od 1. 1. 1971 a jimi byly zrušeny zásady pro poskytování náhrad rozhodčím ČSTV poř. č. 2/65 sbírky interních oběžníků ÚV ČSTV a všechny pokyny vydané bývalou ústřední sekcí lyžování ČSTV.

PhMr. ZDENĚK TAMELE, předseda subkomise rozhodčích

Mistrovství ČSSR družstev zahájeno

V závěru předvánočního týdne bylo v Jizerských horách na Malé Jizerce zahájeno mistrovství ČSSR družstev v běhu, které bylo současně prvním kvalifikačním závodem. Při příznivých sněhových podmínkách v této oblasti se stává vítaným střediskem zejména na začátku sezóny. Pořádající lyžařský oddíl Navety Jablonec závody pečlivě připravil, ale musel tentokrát tvrdě bojovat s nepřízní počasí. Závodů jednotlivců prvního dne se konaly na mokřém těžkém sněhu a když pořadatelé ze soboty na neděli dlouho připravovali tratě pro štafety, umrzlo, a v neděli ráno museli narychlo upravit nový start štafet a posunout zahájení závodů o hodinu. I za ztížených podmínek bylo zahájení mistrovství ČSSR družstev ve znamení zájímavých bojů a dobrých výkonů.

V sobotních závodech jednotlivců za účasti 288 startujících zvítězili členové reprezentačního družstva František Šimon z liberecké Dukly a Blanka Paulů z Autoškody Vrchlabí. Z juniorů byli nejlepší Račák z Dukly Liberec a Harvánková z Nového Města na Moravě. Překvapila dorostenka Brožová (ČZ Strakonice), která v kategorii žen byla šestá.

V nedělních štafetách byl nejrychlejší první tým Dukly Liberec v sestavě Šimon, Jarý, Saidl před druhou štafetou Dukly (Fajstavr, Beran, Rezáč) — oba běžely mimo soutěž a v mistrovství patřilo první místo lyžařům VŠ Praha (Böhm, Urbanec, Novák), kteří skončili pátí. Také v závodě žen na 3x5 km byla první čs. reprezentační štafeta Jeriová, Solanská, Paulů, startující mimo soutěž a v oddílové soutěži patřilo prvenství lyžařkám RH Štrbské Pleso (M. Sekajová, Bekešová, Pasiárová).

Muži 15 km: 1. Šimon 49:39,2, 2. Saidl 49:45,0, 3. Jarý (všichni Dukla Liberec) 50:25,6, 4. Böhm (VŠ Praha) 51:00,6, 5. Rezáč 51:26,9, 6. Beran 51:49,9, 7. Fajstavr (všichni Dukla Liberec) 51:57,6, 8. Pavlák (RH Štrbské Pleso) 52:08,2, 9. Vojáček (ČZ Strakonice) 52:10,6, 10. Brůžík (RH Štrbské Pleso) 52:11,6, 11. Račák (Dukla Liberec) 52:20,0 — první junior.

Ženy 5 km: 1. Paulů (Autoškoda Vrchlabí) 16:54,8, 2. Bartošová (Naveta Jablonec) 17:22,3, 3. Harvánková (Sokol Nové Město na Moravě) 17:37,1 — první juniorka, 4. Sekajová (Kovo Liptovský Hrádok) 17:43,5, 5. Jaškovská (MEZ Frenštát) 18:00,8 — 2. juniorka, 6. Brožová (ČZ Strakonice) 18:06,1 — 3. juniorka, 7. Rezáčová (Ski Jilemnice) 18:07,4, 3. Drahokoupilová (VŠ Praha) 18:16,8, 9. Bekešová

(RH Vysoké Tatry) 18:24,8, 10. Polášková (MEZ Frenštát) 18:30,6.

Muži 3x10 km: 1. Dukla Liberec I. (Šimon, Jarý, Saidl) 1:25:00,8, 2. Dukla Liberec II. 1:25:21,0, 3. RH Štrbské Pleso 1:29:12,6, 4. Dukla Liberec V. 1:29:50,5 — všechny tyto štafety běžely mimo soutěž, 5. VŠ Praha (Böhm, Urbanec, Novák) 1:30:25,4 — první v soutěži.

Ženy 3x5 km: 1. Čs. reprezentační štafeta (Jeriová, Sosanská, Paulů) 49:59,2 — běžela mimo soutěž, 2. RH Štrbské Pleso (M. Sekajová, Bekešová, Pasiárová) 51:07,8 — první v mistrovství ČSSR, 3. Tesla Liptovský Hrádok 51:27,2 — druhá v soutěži, 4. Naveta Jablonec 51:37,2 — třetí v soutěži.

Pořadí v mistrovství ČSSR družstev: 1. Naveta Jablonec 589, 2. Sokol Nové Město na Moravě 558,5, 3. VŠ Praha 555, 4. Tesla Liptovský Hrádok 553, 5. ČZ Strakonice 464,5, 6. MEZ Frenštát 445,5 b.



Věncem diků položili členové výboru KLZ SÚV ČSTV v Košicích na počest 30. výročí SNP a 30. výročí Karpatsko-dukelské operace k památníku hrdinů SNP ve Starém Smokovci

MEJ 1976 V LIBERCI

Československá lyžařská diplomacie slavila další úspěch. Na sklonku září loňského roku rozhodlo zasedání představenstva Mezinárodní lyžařské federace (FIS) v Curychu o tom, že pořadatelem juniorského mistrovství Evropy 1976 v klasických disciplínách bude československý kandidát — Liberec. Po mistrovství světa ve Vysokých Tatrách v roce 1970 bude tedy Československo dějištěm další významné lyžařské soutěže. Je to nesporné ocenění našich pořadatelských schopností i stále zvučnějšího jména v lyžařském světě.

Bezprostředně po tomto curyšském rozhodnutí se v Liberci sešel přípravný výbor MEJ 1976, aby projednal nejdůležitější otázky a stanovil plán přípravných prací. Vzhledem k tomu, že ve dnech 2.—15. února 1976 budou v Innsbrucku probíhat zimní olympijské hry, navrhl přípravný výbor uspořádat juniorský šampionát v Liberci 25.—29. února 1976.

Program je jasný, ve třech dnech

se uskuteční všechny soutěže: Junioři 15 km, juniorky 5 km, závod sdružený, štafety 3x10 km a 3x5 km a skok prostý. Jasně také je, kde se jednotlivé soutěže uskuteční. Skokanské na Ještědu na můstku P=70 m, běhy pak v Bedřichově, kde členové Ještědu Liberec vybudovali nové běžecké tratě. Generálkou na MEJ 1976 bylo mistrovství ČSSR 1975, které se v Liberci uskutečnilo v únoru.

Během příštího roku pak bude v Bedřichově vybudován lyžařský stadionek s nejnětějším vybavením, terénní úpravy zlepšují místo startu a cíle i předávacího území pro štafety. Ve druhé etapě by zde měl vyrůst objekt určený sportovním účelům. Hodně práce čeká stavbaře na Ještědu. Budou zde vybudovány nové věže pro rozhodčí, kabiny pro rozhlasové a televizní komentátory, celý areál bude ozvučen, odvodněn, dostane světelný ukazatel výsledků z Nisasporthu, nové schodiště, atd. Bude vybudována příjezdová komunikace, umožňující příjezd televizní techniky.

Rozhodnutí o uspořádání juniorského mistrovství Evropy 1976 v Československu je jistě velmi lichotivé. Ale je také velkým závazkem pro všechny, kteří se budou na jeho přípravách podílet. Tatranský světový šampionát v roce 1970 by mohl posloužit jako dobrý příklad.

-jk-



Členové lyžařského kroužku na jednom ze svých soustředění učí základy lyžování i ostatní žáky školy

Lyžiarci pýchou školy

Středná priemyselná škola potravinárska v Nitre, ktorá oslávila v minulom školskom roku desiate jubileum, doteraz vychovala stovky absolventov, ktorí našli uplatnenie v potravinárskych závodoch alebo pokračovali v štúdiu na vysokých školách. Je jedinou potravinárskou priemyselnou školou na Slovensku. Dobrú činnosť a významných úspechov počas celých desať rokov trvania dosahoval na škole lyžiarský krúžok. Pod vedením Petra Pechu zaučali sa mladí potravinári do tajov lyžiarskeho kumštu, aby potom najlepší reprezentovali školu a svoje mesto na rôznych lyžiarskych podujatiach v rámci okresu, kraja či Slovenska.

Krásna príroda v oblasti Zobora, Zlatých Moraviec, jej priťažlivosť, od-

Iahlá hĺbka lesov, ich pestrý porast, zoologické a botanické zvláštnosti, ale hlavne dobré lyžiarske terény, priťahovali denne mladých lyžiarov-potravinárov na pravidelný tréning a cibrenie lyžiarskej techniky. Lendelová, Jasečko, Michna, Kaleta, Lajš, Lajšová, Maliková, Janicová, Valíčková, Matejovičová a Zborovančíková, to sú mená najlepších lyžiarov školy, ktorí sú zároveň členmi krajského družstva. Príprava na tohtoročnú sezónu bola pre chlapcov a dievčatá veľmi náročná a tvrdá. Kolektív Petra Pechu si zaumienil, že sa zúčastní všetkých tohtoročných možných lyžiarskych pretekov a sám usporiada preteky na počesť 30. výročia oslobodenia našej vlasti Sovietskou armádou o najlepšieho lyžiara školy. -bri-

Výcvikový tábor žactva

Stará pila na Jizerce v Jizerských horách je v súčasnej dobe pekne upravenou chatou Tatranu JAVOZ Jablonec nad Nisou. V posledním listopadovom týždni loňského roku hostila 38 žáků a žákyň, členů běžeckého družstva Severočeského kraje. Byla to zásluha Vladimíra Zajíčka, Rudy Pospíchal, Oty Purma z Navety Jablonec a Edy Beera z Baníku Osek, že se tuto záslužnou akci podařilo uskutečnit.

Na základě dlouhodobých tréninkových plánů žactva se snažili co nejlépe připravit krajské družstvo na nastávající sezónu. Jejich cílem bylo věnovat maximální pozornost kvalitě lyžařského běhu — jeho technice. Dále pak umožnit účastníkům výcvikového tábora poznat Jizerské hory a utužit jejich kolektiv v duchu socialistické výchovy mladého člověka. Tréninkové podmínky byly s ohledem na dobré sněhové podmínky optimální. Žactvo najezdilo průměrně denně 20—

30 km podle vyspělosti jednotlivých mladých závodníků. Kvalitě tréninku velmi prospělo současné soustředění závodníků Navety Jablonec v sousední chatě Navety Pyramidě. Přítomnost kapitánky čs. reprezentačního družstva běžkyň Aleny Bartošové, Heleny Šíkolové i dalších na žactvo velmi dobře působila.

Nezapomínalo se ani na odpolední besedy o údržbě lyžařské výstroje a výstroje, teorii mazání a zdravotvědu. Večer se promítaly diapozitivy o Jizerských horách, z cest po Itálii a Alpách. Uskutečnily se i zeměpisné, dějepisné a lyžařské kvízy. Denně byl na pořadu přehled tisku a hovořilo se o aktuálních otázkách z domova i z ciziny. Zásluhou obětavých čtyř činnovníků byl program týdenního soustředění velmi pestrý, poutavý a poučný. Znamenal úspěšný nástup do nové sezóny a prohloubení kvality tréninkového procesu nejmladších závodníků Severočeského kraje. -mš-

Zajímavosti

ze zahraničí

V běžeckém závodě mužů „Kolem Neukirchu“ na 15 km zvítězil 23letý Francouz Jean-Paul Pierrat za 47:03,15 min. před Švýcarem Kälinem 47:52,39 a svým krajanem Jeannerodem 47:58,19. Z žen na trati 5 km byla první Američanka Martha Rockwellová v čase 17:48,99 min. před Endlerovou 18:31,35 a Glaslovou (obě NSR) 19:32,81.

— X —

Třicetiletý Baldur Preiml, který je nynějším trenérem reprezentačního družstva rakouských skokanů, byl středem pozornosti po úspěchu svých svěřenců v letošním Intersportturné. Preiml je profesorem tělovýchovy a dějin na sportovním gymnáziu ve Stamsu, vzdáleném 20 km od Innsbrucku. Preiml byl výborným skokanem a na ZOH 1968 v Grenoblu vybojoval bronzovou medaili. Tento profesor tělovýchovy s vysokoškolským studiem uplatňuje v praxi moderní tréninkové metody a může se pochlubit vynikajícími výsledky mladých rakouských skokanů.

— X —

Nadějný 22letý skokan USA Jeff Wright při tréninku 5. ledna v Brattleboro na středním můstku s normovým bodem 70 m měl nešťastný pád, při němž si zlomil vaz a po převozu do nemocnice zemřel. Patřil k členům reprezentačního skokanského týmu USA a studoval na univerzitě Minnesota.

— X —

Přední švédští, finští a norští běžci se střetli v první polovině ledna na závodech ve Švédsku. V Aelvdalen v běhu na 18 km zvítězil Nor Formo za 50:49 min. s náskokem 13 vteřin před Finem Miete. Třetí byl Švéd Södergren v čase 51:08 před svým krajanem G. Larssonem 52:23 a Norem Jönlandem 52:33. V Oestersundu na 15 km byl první švédský mistr světa v běhu na 30 km Thomas Magnusson za 50:50 min. před Norem Myrmem 51:34 a svým krajanem Lundbäckem 51:44.

UPOZORNĚNÍ ČTENÁŘŮM

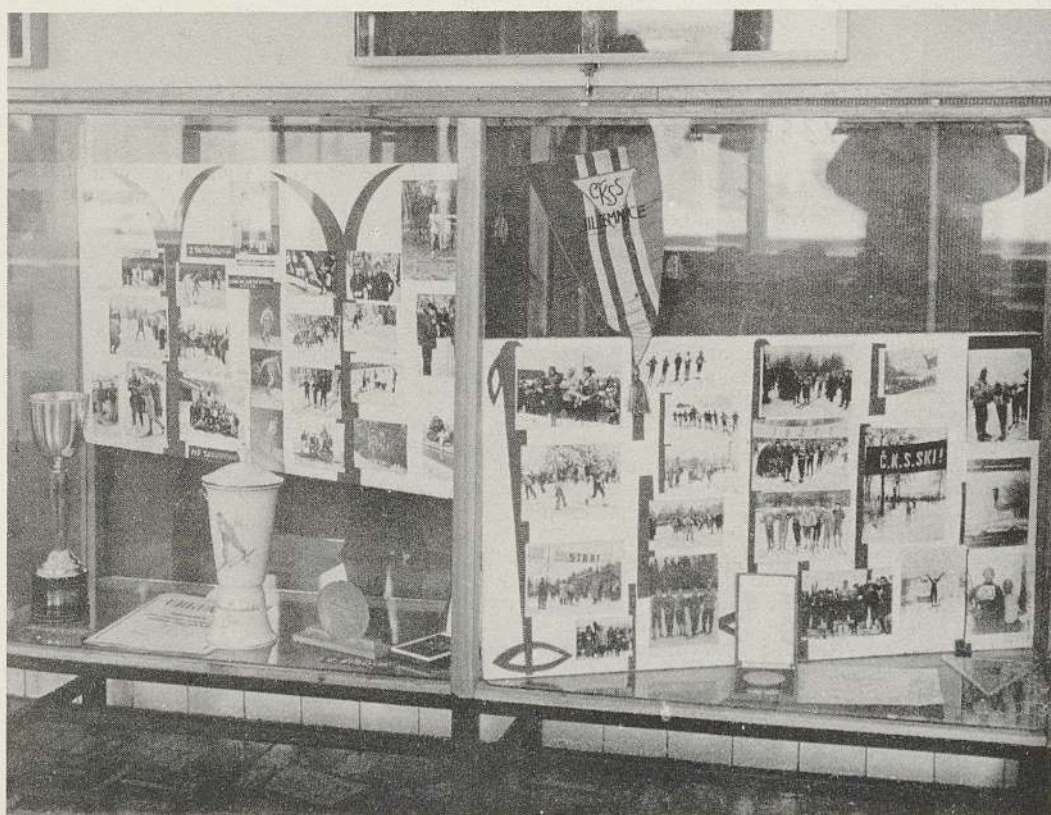
Žádáme čtenáře, aby omluvili opožděné vydání 1. čísla nového ročníku „Lyžařství“ z technických důvodů při přejítí na větší formát. REDAKCE

Snímky na první a druhé straně obálky Jaroslav Trousil, na třetí straně Antonín Dubský a na zadní straně obálky Jiří Macht. Fotografie uvnitř měsíčníku: Alojz Briatka, Jiří Kotland, Jiří Macht, ing. Igor Tomko a Jaroslav Trousil.

80 let Ski Jilemnice



K NEJSTARŠÍM, ALE I V SOUČASNÉ DOBĚ K NEJAKTIVNĚJŠÍM LYŽAŘSKÝM ODDÍLŮM PATŘÍ SKI JILEMNICE, KTERÝ V ZÁVĚRU ROKU OSLAVIL 80LETÉ TRVÁNÍ. PŘI 80. VÝROČÍ ZALOŽENÍ ČESKÉHO KRKONOŠSKÉHO SPOLKU SKI V JILEMNICI BYLA V BUDOVĚ KINA 70 OTEVŘENA VÝSTAVA. JE NA NÍ MNOHO HISTORICKÉHO MATERIÁLU Z PESTRÉ ČINNOSTI KLUBU I Z POČÁTKŮ ČESKÉHO LYŽOVÁNÍ NA JILEMNICKU. VÝSTAVA POTRVÁ DO KONCE MĚSÍCE ÚNORA





Fr. J. J. 081

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ BŘEZEN 1975 ♦ Kčs 3,—

3





Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

MISTROVSTVÍ ČSR
VE SJEZDOVÝCH
DISCIPLÍNÁCH

K JUNIORSKÉMU
MISTROVSTVÍ EVROPY
V LIETU

KONGRES INTERSKI
A ČSSR

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY FRANTIŠEK ŠIMON, KTERÝ PATŘÍ K NEJLEPŠÍM ČS. BĚŽCŮM V LETOŠNÍ SEZÓNĚ, NA DRUHÉ STRANĚ ITAL GUSTAVO THÖNI, KTERÝ JE V ČELE SVĚTOVÉHO POHÁRU SJEZDAŘŮ, NA TŘETÍ STRANĚ SNÍMEK PŘED STARTEM VIII. JIZERSKÉ PADESÁTKY, NA ZADNÍ STRANĚ OBÁLKY JAK TO VYPADALO NA VELKÉM MŮSTKU NA JEŠTĚDU PŘI SKOKANSKÉM TURNĚ PRÁTELSTVÍ.

lyžařství

ROČNÍK 61

ČÍSLO 3

Číslo indexu ČUTI 46 813

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janeček. Vedoucí redaktor časopisů Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eidlpes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 6. února 1975.

Lyžaři plní významné úkoly ČSTV

V současné době probíhá zimní sezóna — hlavní závodní období, kdy funkcionáři lyžařských oddílů a svazů mají mnoho práce se zajišťováním průběhu soutěží, v nichž chtějí pro závodníky vytvořit co nejpříznivější podmínky. Atypický průběh letošní zimy nám přinesl tolik starostí a v drtivé většině případů vyžadovalo zajištění úspěšného průběhu soutěží spousty obětavé práce a mnohdy i nadlidského úsilí. Na celé řadě soutěží jsme se přesvědčili, že funkcionáři lyžařských oddílů dokáží odvést i přes krajně nepříznivé podmínky perfektní práci, že nelitují svůj volný čas, a že dokáží pracovat i celé noci, aby připravili perfektní tratě a můstky. Byly to desítky organizačních výborů po celé naší vlasti, které by si zasloužily veřejného uznání. Všem těm kolektivům ať z Čech, Moravy nebo Slovenska patří upřímný dík předsednictva svazu a celé lyžařské veřejnosti.

Namátkou uvádím Liberec, Plavy, Sliač, Harrachov, kde dokázali, že lyžařští funkcionáři patří mezi nejobětavější tělovýchovné pracovníky. Dokázali se vypořádat s krajně nepříznivými sněhovými a povětrnostními podmínkami a dokáží s obětavostí jim vlastní zajišťovat úkoly, vyplývající pro složky tělovýchovné organizace z usnesení XIV. sjezdu KSČ. A to je právě ta největší deviza většiny pracovníků lyžařských oddílů a svazů. Tak to bylo také i v roce 1974, který byl prvním rokem realizace závěrů IV. sjezdu ČSTV.

V souladu se zásadami rozvoje tělovýchovy v ČSSR po XIV. sjezdu KSČ rozpracovalo předsednictvo lyžařského svazu sjezdové závěry do dlouhodobého plánu, z kterého byly odvozeny úkoly na rok 1975.

Šlo především o zajišťování rozvoje masové základny, zajištění dalšího rozvoje výkonostního a vrcholového lyžování a o zvýšení úrovně politicko-výchovné práce.

I když je rok v tak složitě a rozvětvené organizaci velmi krátká doba pro bilancování výsledků, přesto již dnes můžeme konstatovat, že se začínají projevovat kladné výsledky postupně na všech úsecích činnosti.

Masový rozvoj tělesné výchovy je označován stranickými orgány za prvořadý úkol tělovýchovné organizace již řadu let. Jistě zcela právem, neboť v socialistické společnosti jde o to, aby byl k pravidelnému provozování tělovýchovy přiveden co nejširší okruh našich občanů. Důvody není třeba vysvětlovat — ty jsou dnes zcela jasné každému.

Lyžování se stalo v posledních letech sportem skutečně masovým a dnes není prakticky rodiny, ve které by alespoň jeden člen nelyžoval. Podle statistických údajů lyžuje u nás více jak 3,5 miliónu lidí. To také uvedl předseda svazu s. Smola ve svém vystoupení na IV. sjezdu ČSTV. Lze těžko najít sportovní odvětví, které má tak širokou masovou základnu. Tak bychom vlastně neměli mít důvod ke stížnostem a mohli bychom být spokojeni. Víme však, že tato skutečnost je zásluhou soustavné péče našeho státu o zvyšování životní úrovně našich občanů. Rodiny mohou každoročně věnovat více prostředků na rekreaci a právě pohyb na lyžích v zasněžené krajině patří k nejzdravějším. Mrzí nás ale, že z této široké masové základny lyžující veřejnosti ovlivňujeme jen velmi malé procento. Lyžařským oddílům se zatím nepodařilo najít tak přitažlivé formy, které by zaručily příliv lidí do organizované tělovýchovy. A o to právě šlo předsednictvu svazu v roce 1974. Postupně zlepšení situace je patrné, ale příliš velký důvod ke spokojenosti nemůžeme mít.

Budeme se muset zamyslet nad formami práce. Bude třeba najít cestu, jak překonat averzi našich lidí k organizované činnosti. To nebude tak jednoduché, neboť příčiny jsou hlubší. V tomto směru působí negativně také ta zvyšující se životní úroveň našich lidí. Téměř každá rodina má auto, za krátký čas se dostane na hory, zalyžuje si, volný čas využije podle svých vlastních představ a večer se vrací opět domů.

Práci lyžařských oddílů ztěžuje také nedostatek ubytovací kapacity v horských oblastech. Bez toho však nelze rozšiřovat členskou základnu. V tomto směru není co novému členstvu nabídnout.

Proto je nutno orientovat pozornost na podchycení zájmu u těch, kteří se na hory dostanou po své vlastní ose. A to přímo v horských střediscích, ve kterých bude nutno organizovat lyžařskou výuku pro „příchozí“. Zřídí lyžařské školy, ve kterých by kvalifikovaní učitelé vyučovali základům pohybu na lyžích, změnám směru jízdy, prostě základní lyžařské výuce. Tím přispějeme ke kvalitnějšímu využití volného času na horách a jistě z toho velké množství lyžujících veřejnosti, která projde výukou v lyžařských školách, získáme řadu nových zájemců o členství v lyžařských oddělech.

Musíme ještě více spojit své síly s organizacemi SSM a s orgány ROH. Tam máme široké pole působnosti jak ovlivnit lyžařský výcvik, organizo-

Skokanské turné

vaný těmito složkami. Dohody s centrálními orgány SSM a ROH existují a je třeba dát pro ně k dispozici zkušené lyžařské cvičitele, aby vedli výcvik při jejich zájezdech a při rekreaci pracujících. Letošní zima nám mnoho příležitostí pro tuto formu činnosti neposkytla, ale stále zůstává jednou z hlavních metod práce na tomto úseku.

Stejně významná je také spolupráce se školami, kde především městský lyžařský svaz v Praze dosahuje tradičně dobrých výsledků. Po jeho vzoru by měly stejně postupovat i ostatní svazy a oddíly.

Dalším hlavním úkolem, který si předsednictvo svazu po IV. sjezdu ČSTV vytyčilo, je zajišťování rozvoje výkonnostního a vrcholového lyžování. V roce 1974 dosáhli naši reprezentanti vynikajících výsledků na mistrovství světa ve Falunu. Tím se lyžování v počtu získaných medailí na vrcholné světové soutěži zařadilo mezi nejúspěšnější čs. sporty v roce 1974. Tak byl se ctí splněn i další úkol uložený IV. sjezdem ČSTV.

Bylo velmi těžké tyto úspěchy dosáhnout. Stálo to naše reprezentanty mnoho tréninkové driny, mnoho osobního pohodlí a odříkání. Ještě těžší bude dosažené pozice udržet. Ani ostatní státy nespí a především Severané udělají vše pro to, aby se rehabilitovali a odčinili špatné výsledky z MS 1974 a jistě na Olympijských hrách 1976 v Innsbrucku zaútočí znova na ovládnutí světové špičky. V běhu mužů i žen máme velmi dobré kolektivy mladých, talentovaných reprezentantů, kteří jsou příkladní zodpovědným přístupem k tréninku a pod vedením zkušených trenérů udělají jistě vše pro to, aby dobře reprezentovali naši socialistickou vlast. Dobré výsledky předpokládáme také ve skoku, kde dostali příležitost mladí nadějní závodníci, kteří by se vedle zkušených měli na OH 1976 také výrazněji prosadit.

Soustředěnější péči je třeba věnovat sdruženému závodnímu, který u nás v posledních letech trochu stagnuje. Je to velmi obtížná disciplína, náročná na všestrannost a fyzickou zdatnost každého reprezentanta. I v lyžování spěje vývoj rychle ke specializaci a kombinace běh a skok činí značné potíže. Náročnost přípravy odráží mladé závodníky, kteří se raději specializují buď na běh nebo skok. Úsek závodů sdruženého předsednictva svazu zpracovává dlouhodobou koncepci zajištění rozvoje své disciplíny s cílem, aby i závod sdružený dobře reprezentoval čs. lyžování.

U sjezdových disciplín, které jsou dnes ve světě nejoblíbenější a také nejmodernější, musíme naše mladé talentované závodníky více specializovat na slalom a obří slalom. V těchto disciplínách máme také možnosti postupně proniknout do evropské, případně i světové špičky. Příklad reprezentantů Sochora a Zemana to potvrzuje. Terénní podmínky pro to máme a postupně se zlepšují i podmínky materiální. Pro nadějně závodníky je na trhu dostatek kvalitních lyží předních světových značek a naše výroba také nespí. Postupně nám přibývá také i počet lyžařských vleků. Specializace na sjezd není vzhledem k našim domácím terénním i sněhovým podmínkám příliš rentabilní. Ani v budoucnu si nebudeme moci dovolit organizovat pro široký okruh závodníků nákladné výcvikové tábory v alpských zemích.

V této stručné rekapitulaci podílu našeho lyžování na hlavních úkolech ČSTV, je třeba se ještě zabývat podílem lyžařských orgánů na úseku kvality a účinnosti politickovýchovné práce, která je nedílnou součástí tělovýchovného procesu. Předsednictvo svazu, vědomo si toho, že základním předpokladem pro úspěšnou práci na tomto významném úseku činnosti je jednota působení všech nejvíce zúčastněných, to je především trenérů a cvičitelů, připravilo na září minulého roku seminář k politickovýchovné práci. K účasti pozvalo trenéry reprezentačních družstev, trenéry lyžařských základen, nejvýznamnějších oddílů a politickovýchovné pracovníky svazů. Na semináři přednášeli zkušení politickovýchovní pracovníci a také naši přední trenéři. Bylo podrobně rozvedeno o co v politickovýchovné práci především jde a zdůrazněna nutnost soustavného každodenního působení na závodníky a členy lyžařských oddílů. Seminář byl úspěšný a byl jím dán solidní základ, ze kterého se musí vycházet v celém příštím období. Především se musí i v lyžování překonat zastaralý názor, že politickovýchovnou práci mají dělat jen k tomu určení politickovýchovní pracovníci, a že trenéři a cvičitelé mají na starosti jen sportovně technickou a metodickou stránku věci.

Nejde přece jen o to občas přednést nebo dokonce, jak se mnohde ještě stává, přečíst politickou aktualitu, která se momentálně hodí. Jde o soustavné každodenní politickovýchovné působení na závodníky a členy oddílů, počínaje chováním, společenským vystupováním, jednáním v kolektivu a konče prohlubováním vztahu k socialistické vlasti a ke všem vymoženostem, které socialistická společnost každému z nás přináší. A to mohou a musí nejúspěšněji zajišťovat trenéři a cvičitelé a ostatní funkcionáři oddílů, kteří jsou v každodenním styku se závodníky a členy a kteří jsou pro ně po všech stránkách příkladem. Změna přístupu těchto pracovníků k politickovýchovné práci je nutnou podmínkou pro její daleko větší účinnost, která je nanejvýš potřebná.

Svůj kladný přístup k plnění hlavních úkolů tělovýchovné organizace prokáží členové lyžařských oddílů také aktivním podílem na přípravách a průběhu Československé spartakiády, která je významnou součástí oslav 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. Dokázali to již v minulosti při přípravách předcházejících spartakiád, kdy lyžařské soutěže pořádané v jejich rámci patřily vždy mezi nejúspěšnější z celé čs. tělovýchovy.

JIRÍ PILAŘ, člen předsednictva VSL-ÚV ČSTV

Další významná prověrka lyžařsko-skokanů zemí socialistického tábora XI. ročník „Skokanského turné přátelství“, jejímž dějištěm byly československé můstky ve Špindlerově Mlýně, v Liberci na Ještědu a v Plavech, skončila trojnásobným úspěchem reprezentantů NDR. Zvítězili v soutěži družstev mužů i juniorů a dvojnásobný mistr světa Hans-Georg Aschenbach získal prvenství v soutěži jednotlivců — XII. ročníku Turné Bohemia.

Radostnou skutečností však bylo, že čs. reprezentanti byli skokanům NDR vyrovnanými soupeři a teprve závěrečný závod v Plavech a hlavně nejdelší skok Rainera Schmidta v tomto závodě ve druhém kolem 83 m rozhodl o těsném vítězství čtyřčlenného týmu NDR rozdílem 3,3 bodu před prvním družstvem ČSSR. Také v družstvech juniorů byl boj značně vyrovnaný, o čemž svědčí 4,7 bodu ve prospěch mladých skokanů NDR. Kapitán čs. reprezentačního kolektivu skokanů Rudolf Höhnle se v celkové klasifikaci zařadil hned za vítězného H. G. Aschenbacha a patřil mu primát na největším můstku turné na Ještědu s normovým bodem 90 m.

Největší pozornost příznivců lyžařského sportu byla v turné 3 můstků soustředěna na boj reprezentačních družstev ČSSR a NDR, do něhož úspěšně zasáhli i přední závodníci Polska a Sovětského svazu. Jugoslávci přijeli bez Demšara a Norčiče a jen Peter Stefančič byl vážnějším soupeřem v hodnotném závodě. Pro maďarské skokany a mladé bulharské reprezentanty znamenalo „Skokanské turné přátelství“ získávání zkušeností. Vždyť je to jeden z významných úkolů této soutěže, která přispívá k upevnění



Trenér skokanů NDR Dieter Neundorfer dává dvojnásobnému mistru světa H. G. Aschenbachovi poslední rady před závěrečným závodem turné v Plavech

přátelství trojnásobným úspěchem NDR



Trenér čs. reprezentačního družstva juniorů Jiří Raška v rozhovoru s nejúspěšnějším čs. juniorem Františkem Novákem

přátelských styků skokanů všech zúčastněných zemí a výměně cenných poznatků trenérů jednotlivých družstev. Trenér skokanů NDR Dieter Neuendorf a trenér čs. reprezentačního družstva Jáchym Bulín patřili mezi první, kteří si vzájemně gratulovali při úspěchu svých svěřenců vždy ještě před vyhlášením výsledků. Pořadatelům se pak podařilo vytvořit mimořádně příznivou atmosféru pro toto velké soutěžení skokanů, z nichž celá řada patří ke světové špičce. Byla to první významná mezinárodní událost, pořádaná v rámci oslav 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. Hosté čs. lyžařů oceňovali především příkladnou obětavost a zdatnost organizátorů, kteří zajistili regulérní a úspěšný průběh soutěže i za mimořádně nepříznivých sněhových podmínek. Bylo hodně těch, kteří pochybovali o tom, že při vytrvalé oblévě se podaří turné uspořádat v plánovaném rozsahu. Místek v Plavech i devadesátka na Ještědu byly celé upraveny z navezeného sněhu z Jizerských hor. Na jejich přípravě se pracovalo v posledních dnech ve dne i v noci. Liberečtí organizátoři tak potvrdili, že budou úspěšnými pořadatelí juniorského mistrovství Evropy 1976 v klasických disciplínách, které se bude konat v příštím roce na můstku skokanského areálu na Ještědu a na běžeckých tratích na Bedřichově v Jizerských horách.

Skokanů NDR překvapili čs. experty, že přijeli na toto turné s novými rakouskými skočkami značky Kneissl. Skákali na nich všichni členové reprezentačního týmu mužů v čele s H. G. Aschenbachem. Pro dvojnásobného mistra světa bylo „Skokanské turné přátelství“ první příležitostí, aby napravil horší umístění v zahajovacím závodě sezóny Intersportturné. Zdálo

se, že H. G. Aschenbach znovu získal sebedůvěru a potvrdil, že je vynikajícím skokanem světové špičky. Měl jistý odraz a velmi dobré doskoky, jak jsme na to u něho byli zvyklí ve všech závodech loňské sezóny. Rudolf Höhnl měl trochu slabší začátek ve Špindlerově Mlýně, kde skončil čtvrtý, ačkoliv v tréninku si na tomto můstku vedl suverénně. V dalších závodech však potvrdil, že je na něho spolehlivější. Na Ještědu zvítězil a v Plavech byl druhý. Karla Kodejšku o lepší umístění než na čtvrtém místě připravil první slabší skok v závěrečném závodě v Plavech — 70 m, což znamenalo na tomto můstku jen desáté místo. Jindřich Balcar měl v průběhu celého turné celkem vyrovnané skoky a osmé místo v celkové klasifikaci možno označit za dobrý výsledek. Leoš Škoda zatím stále se ještě nemůže dostat do dobré formy a musel se spokojit s desátým pořadím. Z juniorů František Novák převyšuje ostatní členy juniorského kolektivu a skončil v celkové klasifikaci 75 skokanů ze sedmi zemí na 21. místě.

Dvojnásobný mistr světa 1970 z Vysokých Tater Gari Napalkov (SSSR) se líbil divákům svými telemarkovými doskoky a dokonalým stylem při letu. Obsadil třetí místo v celkové klasifikaci jednotlivců a při turné vyslovil přání, že by si rád vybojoval účast v reprezentačním sovětském družstvu pro ZOH 1976 v Innsbrucku a zasáhl do bojů o olympijské medaile. Polák Adam Krzysztofiak měl stylově pěkné skoky a vítězstvím v závěrečném závodě v Plavech v Turné Bohemia obsadil páté místo před zkušenými skokany NDR Dietrichem Kampfem a Rainerem Schmidtem.

NĚKOLIK HLASŮ

„O hodnotnou soutěž se přičinili především reprezentanti NDR a naši skokanů,“ řekl trenér čs. reprezentačního družstva skokanů Jáchym Bulín. „Boj týmů obou těchto zemí byl hodně vyrovnaný. Rozhodl závod ve Špindlerově Mlýně, kde naši v tréninku skákali podstatně lépe než v závodě. Kodejšku o umístění ve vedoucí trojici připravil slabší první skok v Plavech. Z mladých jsem byl spokojen s Břetislavem Novákem a Babišem. Pochvalu zaslouží pořadatelé, kteří turné zajistili v plném rozsahu a za dobrých podmínek, ačkoliv dva můstky byly bez sněhu.“

Trenér družstva NDR Dieter Neuendorf: „Turné přátelství se stalo významnou soutěží družstev. Pro naše skokany bylo další zkouškou po Intersportturné. Také v Oberwiesenthalu je můstek bez sněhu a obdivovali jsme vaše organizátory, že závody tak dobře připravili. Stále přibývá skokanů, kteří se tlačí do světové špičky.“

Dvojnásobný mistr světa Hans-Georg Aschenbach: „Na Intersportturné jsme něco „okoukali“ od Rakušanů a všechny své schopnosti vložili do soutěže. Není daleko čas, kdy závodníci budou nastupovat k závodům nejméně

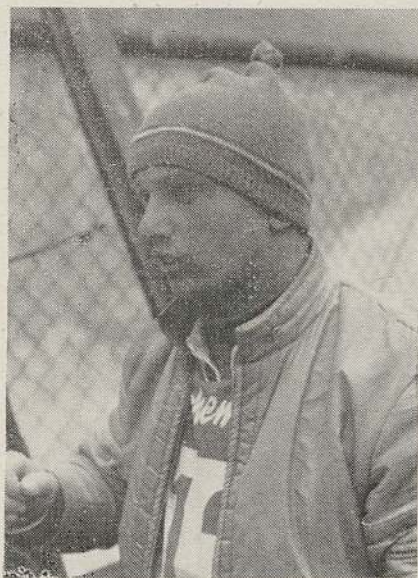
s dvěma páry lyží pro různé sněhové podmínky. Nebude rozhodující, zda budou z umělé hmoty nebo ze dřeva. Rozhodující je však hledat možnosti, jak zvýšit nájezdovou rychlost. Co bylo dobré v roce 1974, to nestačí letos. Důležitá je spolupráce celého týmu a pomoc trenéra.“ Pochvalně se vyslovil H. G. Aschenbach nejen o výkonech Höhnla a Kodejšky, ale i mladých čs. skokanů, s nimiž podle jeho názoru již brzy bude nutno počítat.

Zahajovací závod turné 16. ledna 1975 ve Špindlerově Mlýně (P—73 m):

1. H. G. Aschenbach (NDR) 232,4 (79,5+81), 2. Kodejška (ČSSR) 222,7 (80,5+75,5), 3. Kampf (NDR) 216,8 (75,5+79), 4. Höhnl (ČSSR) 209,9 (79+74), 5. Napalkov (SSSR) 206,2 (76+72,5), 6. Krzysztofiak (Polsko) 205,7 (76+72,5), 7. Schmidt (NDR) 205,5 (76+72,5), 8. Stolowski (Polsko) 204,4 (76+74,5), 9. Jindřich Balcar (ČSSR) 204,3 (75+74,5), 10. Danneberg (NDR) 203,5 (74,5+74,5), 11. Klepackij (SSSR) 199,5 (73+76), 12. Škoda (ČSSR) 199,0 (76+73), 13. Štefančič (Jugoslávie) 196,4 (73,5+72), 14. Babiš (ČSSR) 193,6 (73+71), 15. František Novák (ČSSR) 192,0 (73+71). Startovalo 90 skokanů, všichni závod dokončili. — **Družstva mužů:** 1. NDR 654,7, 2. ČSSR I. 636,9, 3. Polsko 606,2, 4. ČSSR II. 572,6, 5. SSSR 570,9, 6. Jugoslávie 559,5, 7. ČSSR III. 517,7, 8. Maďarsko 429,5. — **Družstva juniorů:** 1. ČSSR I. 534,4, 2. NDR 477,9, 3. ČSSR II. 472,1, 4. Bulharsko 459,8, 5. Maďarsko 221,9.

Druhý závod 18. ledna 1975 v Liberci na Ještědu (P—90 m):

1. Höhnl 235,6 (104,5+107), 2. Napalkov 232,8 (104,5+102,5), 3. Kodejška 227,3 (104+100,5), 4. H. G. Aschenbach 224,3 (98+104), 5. Kampf 212,9 (97+101,5), 6. Krzysztofiak 211,3 (95+95,5), 7. Schmidt 208,4 (93,5+100), 8. Klepackij 207,1 (103,5+93), 9. Stolowski 202,5



Kapitán čs. reprezentačního družstva skokanů Rudolf Höhnl obsadil druhé místo v Turné Bohemia

(100+92,5), 10. Jindřich Balcar 201,6 (97,5+94), 11. Škoda 199,3 (100,5+91,5), 12. Štefančíč 195,2 (98,5+94,5), 13. Lidák (ČSSR) 193,3 (95,5+94), 14. Rabin (Polsko) 193,2 (93,5+97), 15. Janouch (ČSSR) 180,6 (94+87,5). Startovalo 79 skokanů, 78 závod dokončilo. — **Družstva mužů:** 1. ČSSR I. 670,2, 2. NDR 645,6, 3. SSSR 616,5, 4. Polsko 597,1, 5. ČSSR II. 500,5, 6. Jugoslávie 491,0, 7. ČSSR III. 486,7, 8. Maďarsko 321,4. — **Družstva juniorů:** 1. NDR 479,2, 2. ČSSR I. 414,5, 3. ČSSR II. 385,3, 4. Bulharsko 369,7.

Třetí závod 19. ledna 1975 v Plavech (P-70 m): 1. Krzysztofiak 239,0 (79+82), 2. Höhn 237,9 (81+81,5), 3. H. G. Aschenbach 235,3 (78+81), 4. Schmidt 234,2 (77,5+83), 5. Napalkov 229,6 (77+80), 6. Jindřich Balcar 224,2 (76,5+81,5), 7. Danneberg (NDR)

220,5 (76,5+79,5), 8. Kampf 219,4 (72+80,5), 9. Klepackij 218,7 (75+80,5), 10. Kodejška 210,2 (70+80,5), 11. Škoda 210,1 (74,5+75), 12. Bieniek (Polsko) 206,1 (71+76), 13. Břetislav Novák 205,7 (72+76), 14. Sláma 203,5 (70+76), 15. Jaroslav Balcar (všichni ČSSR) 201,4 (69,5+75,5). Startovalo 75 skokanů, všichni závod dokončili.

— **Družstva mužů:** 1. NDR 695,1, 2. ČSSR 685,0, 3. Polsko 645,7, 4. SSSR 637,2, 5. ČSSR II. 606,6, 6. ČSSR III. 577,5, 7. Jugoslávie 574,1, 8. Maďarsko 430,4. — **Družstva juniorů:** 1. ČSSR I. 553,1, 2. NDR 549,6, 3. Bulharsko 490,6, 4. ČSSR II. 465,8, 5. Maďarsko 406,2.

Konečné pořadí Skokanského turné přátelství — družstva mužů: 1. NDR 1995,4, 2. ČSSR I. 1992,1, 3. Polsko 1849,0, 4. SSSR 1824,6, 5. ČSSR II.

1679,7, 6. Jugoslávie 1624,6, 7. ČSSR III. 1581,9, 8. Maďarsko 1181,3. — **Družstva juniorů:** 1. NDR 1506,7, 2. ČSSR I. 1502,0, 3. ČSSR II. 1321,2, 4. Bulharsko 1320,1, 5. Maďarsko 628,1 (maďarští junioři neskákali na devadesátce v Liberci).

Konečné pořadí Turné Bohemia: 1. H. G. Aschenbach 692,0, 2. Höhn 683,4, 3. Napalkov 668,6, 4. Kodejška 660,2, 5. Krzysztofiak 656,0, 6. Kampf 649,1, 7. Schmidt 648,1, 8. Jindřich Balcar 630,1, 9. Klepackij 625,3, 10. Škoda 608,4, 11. Stolowski 599,2, 12. Štefančíč 592,9, 13. Danneberg 592,1, 14. Fortuna (Polsko) a Janouch oba 569,4, 16. Břetislav Novák 566,8, 17. Lidák 565,6, 18. Babiš 557,5, 19. Rabin 554,7, 20. Pudgar (Jugoslávie) 545,8.

JAROSLAV TROUSIL

◆ Lyžařská výzbroj v popředí zájmu

Komise výzbroje Svazu lyžování ČSTV uspořádala koncem listopadu 1974 v Dolní Malé Úpě v Krkonoších poradu s vedoucími pracovníky výrobců lyžařské výzbroje. Jejím účelem bylo převzít ke zkouškám prototypy nových výrobků a dohodnout se na dalších směrech vývojových prací. Jednání se zúčastnili zástupci národního podniku Sport v Praze a jeho závodů v Novém Městě na Moravě a v Bedřichově, Koh-i-nooru Břilovec, Filmového průmyslu Barrandov, Dřevotvaru Znojmo, Nisasporthu, družstevního kombinátu Dražice, pracovníci státních zkušeben Bratislava a Jablonec nad Nisou a delegát obchodu — zástupce generálního ředitelství OPZ Praha.

Nejvíce novinek bylo předloženo v lyžích: závodní běžka WM Falun, turistická běžka Favorit s umělou skluznicí, tři druhy dětských závodních sjezdových lyží, celoplastická sjezdová lyže a zlepšená lyže typ Fibreglas. Z vázání to bylo upravené běžecké vázání Skol a vzorky ze zahájené sériové výroby špičky M 3 a Rotomat TR a PL. Z příslušenství pak plastické šestipaprskové sněhové talíře a stabilizátory lyží.

Potěšující byla informace o dalším dovozu závodních běžek Fischer, bot Dachstein a dětských závodních sjezdových lyží Fritzmeier. Jednání, jichž se zúčastnil vždy výrobce, příslušná státní zkušebna, zástupci obchodu a svazu lyžování, byla dobrá úrovně.

Porady šly „na tělo“, přesto byly všemi účastníky velmi kladně přijaty. Po zimní sezóně budou zhodnoceny zkoušky nové výzbroje opět za účasti všech partnerů. —bur—



Snímky na první a třetí straně obálky Jiří Kotland, na druhé straně Jiří Macht a na zadní straně obálky Jaroslav Trousil. Fotografie uvnitř měsíčníku: dr. Karel Daněk, Jozef Hudáč, Jiří Kotland, Jiří Macht, Ladislav Rygl, Ladislav Šíp, Emília Šipulová a Jaroslav Trousil.

FIS ZAKROČUJE

Individuální vylepšování výstroje sjezdaře a její podřizování aerodynamickým zákonitostem je praktikováno řadu let. Vzpomeňme kupř. Karl Schranze, který již v roce 1957 zkusil ve vzdušném kanálu na universitě v Göttingenu praktické účinky aerodynamiky při pohybu sjezdaře. Byl to on, který se poprvé objevil na startu ve speciální aerodynamicky uzpůsobené výstroji. To bylo před léty, tedy v době, kdy průměrné rychlosti, docilované na mezinárodních tratích, dosahovaly hranice těsně pod 80 km/hod. a špičkové výkony kolem 100 km/hod. „Hraní si s aerodynamikou“ tenkrát ještě nemělo praktický význam. Jinak tomu je dnes.

Obdobně je to i s materiálem. Sjezdové lyže, na kterých Franz Klammer na letošním Lauberhornu při průměrné rychlosti 96,84 km/hod. ujel Herbertu Plankovi, který se umístil jako druhý, o 3,54 vt., tedy o celých 100 m, s nimiž Bernhard Russi se stal olympijským vítězem, nebo na kterých Roland Collombin zajel 8 vítězných závodů ve sjezdu ve Světovém poháru (SP), jsou výzbrojí zcela specifických vlastností a produktem vysoce vyvinutého výzkumu. Četl jsem nedávno, že vlastnosti lyží „super-hvězda“ jsou dnes dokonce předprogramovány počítači.

Novodobý vývoj v oblasti výstroje a výzbroje sjezdaře se nedá negovat, nesmí se však ani přeceňovat. O konečném výsledku, to jest o úspěchu či neúspěchu závodníka v závodech nerozhodují jen lyže a výstroj, nýbrž rovněž a snad především psychika a um závodníka, jinak řečeno jeho přístup k závodnímu sportu. Výsledek v závodech je tedy výslednicí celé řady faktorů, jejichž podíl na dosaženém

výsledku patrně nikdy nebude možno přesně určit.

Na začátku letošní sezóny se přes noc zrodil nový problém, tentokrát u výstroje. Na podzim minulého roku proskočila tiskem krátká zpráva, že Rakušané připravují nové oblečení družstva z plastického materiálu, tedy z umělé tkaniny o vysoké klouzavosti. Experimentálně bylo dokázáno, že oblečením z plastického materiálu je možno na normální sjezdové trati dosáhnout časový zisk až do 2 vt. Na tuto krátkou zprávu reagovaly ostatní alpské země tím, že svá družstva vybavily plastickými závodními oděvy.

Kolem nového oblečení a jeho výhod se rozvinula bohatá diskuse, při které nebylo možno se vyhnout důležitému aspektu, tj. otázce bezpečnosti jezdců. Z hlediska federace, odpovědné za zdravý vývoj závodního sjezdového sportu ve světě, bylo nutno dát odpověď na otázku; co se stane, upadne-li závodník na tvrdé trati a mimo trať nebude dostatek brzdícího sněhu? V podmínkách posledních sezón se stálým nedostatkem sněhu by asi nezbyvalo, nežli zabezpečit celou trať po obou stranách souvislými ochrannými sítěmi. Může si však federace ještě dovolit zvyšovat vůči pořadatelům své požadavky na zajištění bezpečnosti závodníků? Diskuse, ale i zkušenosti z prvních závodů letošní sezóny jednoznačně ukázaly, že oblečení z plastiku zvyšuje riziko úrazovosti závodníků.

Mezinárodní soutěžní řád (MSR) nemá ustanovení, které by dovolovalo vydat zákaz pro jakýkoli druh oblečení. Proto si svazy dosud pomáhaly samy, kupř. sjezdaři a sjezdařky NSR podpisovali svému svazu prohlášení, že obleků z plastiku používají na vlastní nebezpečí. Stejně tak ve Val d'Isère, na prvním závodech SP sezóny, si jury dala obdobný pasus do protokolu z jedné ze svých schůzí. Fe-



Vavříny pro pět tisíc

Poslední metry dlouhé a namáhavé tratě proběhli vítězové hlavních kategorií Stanislav Řezáč a Helena Sikolová s vavřínovými věnci, které jim jeden z pořadatelů navlékl kolem krku. Byli nejlepší, nejrychlejší, zvítězili. Ale vavřínové věnce by patřily na krk všem, kteří poslední lednovou neděli projeli v Bedřichově cílem VIII. ročníku Jizerské padesátky — Memoriálu Expedice Peru. Závodu, který si během nedlouhé historie vydobyl přívlastek nejmasovější sportovní závod československé historie.

A právem. Vždyť k letošnímu ročníku se přihlásilo 5901 startujících, u

startu se skutečně registrovalo 4522 mužů a 622 žen z NDR, SSSR, Jugoslávie, Rakouska, Itálie, Švýcarska, NSR a ČSSR — a to je nový rekord v účasti!

Jizerská padesátka se uskutečnila v době, kdy nepřízeň zimy nutila pořadatele odříkat jeden závod za druhým nebo připravit soutěž jen za cenu obrovské dřiny a značných finančních prostředků. I pracovníci Lokomotivy Liberec prožili takřka celý leden s uchem u rozhlasových a televizních předpovědí počasí. Ale přitom nezaháleli, systematicky a obětavě připravovali celou trasu, na níž nepřízeň po-

▲ Start VIII. ročníku Jizerské padesátky, která je naším nejmasovějším závodem

časí stále zanechávala stopy. Ještě v sobotu, den před startem závodu, naváželi sněh na takřka holou cílovou rovinku. Ale v noci přišla na pomoc chumelenice, mrazík stlačil rtuť teploměru pod bod mrazu a ráno vítaly účastníky závodu takřka ideální (na letošní zimu) podmínky.

Bylo to jak pestrobarevné hemžení mravenců, kteří se náhle dali do pohybu. Ale každým krokem se obraz měnil v lavinu lidských těl a lyží, svištících po zmrzlém sněhu. Signálem k pohybu měl být pokyn startéra a jeho světlice. Když v devět hodin, tedy přesně podle plánu, vylétla do vzduchu, byla již jen pozdravem do zad 4522 lyžařům, kteří se podobně ja-

derace otálela a byla vývojem poněkud zaskočena. Spoléhalo na vydaná doporučení, která mohla, ale nemusela být plněna. A když došlo k prvním úrazům (Cortina) nezbývalo, nežli přikročit k rychlému a jednoznačnému řešení.

Honoré Bonnet a Ráto Melcher, předseda a místopředseda komise FIS pro alpské lyžování, tedy technicky příslušní činitelé FIS, navrhli Marcu Hodlerovi, předsedovi FIS, vydat okamžitý zákaz používání plastického oblečení z důvodů ohrožení bezpečnosti závodníků. Ten také obratem rozhodl a zákaz vydal.

Zveřejnění zákazu nebylo provedeno šťastně. Bylo telegraficky a telexem ohlášeno pořadatelům závodů, nebylo nikým podepsáno a vypraveno patrně opožděně. Došlo ke zmatkům při druhém závodě SP ve sjezdu žen v Cortině a ve sjezdu mužů ve Sv. Mořici. Pořadatel v Cortině, který zprávu obdržel půl hodiny před startem, přirozeně již nemohl změnit své dispozice. Se souhlasem TD Hildy Hofherrové, bývalé vynikající sjezdačky, známé i u nás z VCS, byl závod odstartován. Rakušanky jely závod v zakázaném oblečení a 7 z nich se umístilo mezi prvními 15 závodnicemi. Naproti tomu vedoucí družstva NSR se se svými čtyřmi dohodl, odvolal je ze závodu a podal protest proti Rakušankám pro porušení zákazu. Federace bude muset volit mezi nepopulárním diskvalifikací celého rakouského družstva a ještě nepopulárnější anulací závodu. Ve Sv. Mořici zase muži NSR jeli, a to v rozporu s TD, v zakázaném oblečení a jury celé družstvo diskvalifikovala. To vše není dobrým vysvědčením pro řídicí práci federace. Snad je to tím, že předseda a generální sekretář úřadují ze zeměpisného hlediska daleko od sebe a snad také proto, že FIS dosud nedisponuje tiskovým šéfem, který by

předávání informací a instrukcí organizoval s profesionální jistotou a odpovědností.

Oficiální notifikace zákazu, rovněž nikým nepodepsaná, datovaná 12. 12. 1974, byla zaslána všem lyžařským svazům a je formulována takto:

Předsednictvo FIS vydává toto nařízení:

Pro všechny závody, uvedené v kalendáři FIS se s okamžitou platností zakazují:

1. závodní obleky, jejichž materiály nebo opracování (polakování, plastifikování, postřikování, pogumování a pod. procesy) prodlužují v případě pádu brzdnu dráhu a tím ohrožují bezpečnost závodníků;

2. změny přirozených forem těla k aerodynamickým účelům použitím výplní jakéhokoliv druhu na závodních oblecích nebo pod nimi.

Prosazením tohoto zákazu jsou pověřeni pořadatelé a TD FIS.

Po kompetenční a formální stránce vydání zákazu jistě nebylo zcela v pořádku. Měnit MSR, zejména jeho zásadní ustanovení s dalekosáhlým dopadem, jakým předmětné opatření federace nesporně je, patří výhradně kongresu. Tentokrát však federace jednala ve snaze podchytit ještě běžnou sezónu. To je nutno respektovat.

Kategorické a nesmlouvavé stanovisko FIS je neklamným signálem, že Honoré Bonnet se svými spolupracovníky jsou přesvědčeni, že také ve sjezdovém sportu si závodník své úspěchy musí především vyjet. Nesmí, zejména je-li tangována jeho bezpečnost, přeceňovat význam svého technického vybavení.

Dr. O. KULHÁNEK
člen mezinárodní komise VSL ÚV ČSTV

ko loni, předčasně vydali na trať. Druhá startovní vlna se v předstartovní nervozitě pohnula kupředu a celé široké pole se dalo do pohybu. Nikdo jej už nemohl zastavit. Ti, co měli běžky na nohou, vyrazili po široké louce, ti kteří ještě nebyli zcela připraveni, utkali s lyžemi v rukou po silnici...

Jizerka na pětadvacátém kilometru se proměnila v obrovskou občerstvovací stanici. Ti první měli stoly obložené banány, pomeranči, džusy, horkým čajem, polévkou, párkem i pivem docela nevšimavě, pro většinu účastníků to však byla dlouho očekávaná příležitost, jak ukojit hlad, jak na chvíli nechat odpočinout unavenému tělu. Padesátikilometrová trať měla celkem čtyři občerstvovací stanice a na nich bylo pro startující připraveno 25 kg čaje, 600 kg cukru, 800 litrů polévky, 540 kg pomerančů, 210 kg banánů, atd. I zde odvedli pořadatelé úctyhodný kus práce.

Účast našich předních lyžařů se projevila i ve výsledkové listině —

snad poprvé v posledních letech nezbyla místa na stupních vítězů pro nejsilnější zahraniční výpravu z NDR! A oba vítězové — Stanislav Řezáč a Helena Šikolová, ač ozdobeni mnoha úspěchy ze své lyžařské kariéry, shodně říkali: „Vítězství v Jizerské padesátce řadíme mezi své nejlepší výsledky. A bude-li to možné, byli bychom rádi v příštím roce rádi na startu zase.“

V cíli v Bedřichově hořel smuteční oheň. A kolem něho, na panelech fotografie se symbolickými startovními čísly těch, kteří stáli u zrodu Jizerské padesátky — horolezců, účastníků nešťastné Expedice Peru 70. Daleko za mořem naši svou smrt a netušili, že „jejich“ závod se jednou stane jejich vlastním memoriálem. Závodem, který je pietní vzpomínkou na zahynulé kamarády, ale zároveň mohutnou oslavou života. Zdravého života naší současné generace.

Výsledky VIII. ročníku Jizerské padesátky — muži 50 km: 1. Řezáč (Duk-

la Liberec) 2:51:06, 2. Langmajer (Naveta Jablonec) 2:51:20, 3. Nývlt (Dukla Liberec) 2:51:48, 4. Buchar 2:52:24, 5. Fejkl 2:55:16, 6. Jiráček 2:55:43, 7. Červinka 2:56:20, 8. Zuzánek 2:58:10, 9. Doležal (všichni Naveta Jablonec) 3:02:03, 10. Kavan (Lok. Trutnov) 3:03:25, 11. Lupoměch (RH Strašnice) 3:05:30, 12. Vojtěch (Ještěd Liberec) 3:07:00, 13. Ploč (RH Semily) 3:07:30, 14. Mach (Naveta) 4:08:00, 15. Vancl (Ještěd) 3:08:30.

Ženy 30 km: 1. Šikolová (Naveta) 2:18:01, 2. Řezáčová (SKI Jilemnice) 2:23:11, 3. Brožková (Naveta) 2:23:26, 4. Prokopová (Pardubice) 2:23:46, 5. Obšilová (Naveta) 2:25:44, 6. Jansová (Lok. Trutnov) 2:27:47, 7. Klingeová (NDR) 2:28:03, 8. Novotná (Sl. Chemie Praha) 2:28:28, 9. Bergmannová (Sl. ÚRO Žižkov) 2:31:05, 10. Ondráčková (RH Praha) 2:32:15.

■ Mistrovství ČSSR v lyžování zahájilo spartakiádní soutěže ■

Velké cti se dostalo lyžařům po jejich úspěchu v loňském roce. Ve středu 5. února večer v Liberci na náměstí Bojovníků za mír slavnostně zahajovali úvodem 75. mistrovství ČSSR v lyžování v klasických disciplínách sportovní část Československé spartakiády, pořádané při oslavách 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. Ceremoniálu se zúčastnila delegace ÚV ČSTV a ústředního štábu Čs. spartakiády, vedená předsedou ÚV ČSTV Antonínem Himlem. Jejími dalšími členy byli místopředseda ÚV ČSTV a předseda sportovního odboru ústředního štábu ČSS 1975 dr. Rudolf Dušek a předseda výboru svazu lyžování ÚV ČSTV Karel Smola. Slavnostnímu zahájení byl přítomen také vedoucí tajemník OV KSČ v Liberci Adolf Hájek a zástupci stranických a společenských organizací Severočeského kraje.

V podvečer 5. února od památníku bojů dělnického hnutí na Pláni pod Ještědem vyběhla štafeta sportovců TJ Ještěd Liberec, aby na náměstí před libereckou radnicí, zaplněném libereckými občany, zapálila symbolický spartakiádní oheň. Před doběhnutím štafety se na náměstí Bojovníků za mír shromáždily delegace ostatních zimních sportů společně s účastníky 75. mistrovství ČSSR v lyžování ze všech krajů republiky, rozhodčími a technickými pracovníky mistrovství. Čestná četa s československou a sovětskou státní vlajkou po spartakiádní znělce nastoupila k jejich vztýčení za zvuků československé a sovětské hymny. Předseda organizačního výboru mistrovství ČSSR v lyžování a místopředseda ONV Liberec Karel Zikeš potom přivítal čestné hosty a účastníky mistrovství. Předseda ÚV ČSTV Antonín Himl ve svém projevu zdůraznil, že sportovní soutěže a turistické akce jsou významnou součástí Čs. spartakiády. Mají získat k pravidelnému provádění tělesné výchovy a ke sportování především další stovky chlapců a děvčat ze škol a učilišť. Pro reprezentanty jsou mimořádnou příležitostí, aby prokázali svou sportovní vyspělost v předolympijském roce. Československá spartakiáda je významnou přehlídkou čs. socialistické tělovýchovy a sportu v jubilejním roce 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou.

Po projevu předsedy ÚV ČSTV Antonína Himla vzplál na libereckém náměstí spartakiádní oheň. Slavnostní

slib čestného zápolení složili jménem všech účastníků lyžařských mistrovství ČSSR kapitánka čs. reprezentačního družstva běžkyň zasloužilá mistryně sportu Alena Bartošová a mistr sportu Stanislav Henych, slib rozhodčích Miloslav Zemánek. Potom následovalo defilé účastníků mistrovství a delegací ostatních zimních sportů.

Jubilejní úspěšná 75. mistrovství ČSSR v lyžování v klasických disciplínách byla hodnotnou součástí Čs. spartakiády 1975 a důstojně zahájila její zimní část sportovních soutěží. Přičinili se o to závodníci i organizátoři. Závodily byly uspořádány v plném rozsahu i za mimořádně nepříznivých sněhových podmínek. Náhradní běžecské tratě v některých případech snad trochu snížily náročnost a pestrost tras, ale nic neubraly na dobrých výkonech a poctivých bojích čs. lyžařů a lyžařek v letošní předolympijské sezóně. Je to také zásluha svědomité práce trenérů reprezentačních kolektivů Jaroslava Honců, Bohouše Rázla, Jáchyma Bulína, Josefa Kuthella a jejich spolupracovníků, jakož i trenérů středisek vrcholového sportu a oddílů. Bude velmi těžkým úkolem obhájit dobrou pozici čs. lyžování v příštím roce na ZOH v Innsbrucku v bojích se světovou špičkou a se stejně pečlivě se připravujícími soupeři. Toho jsou si vědomi čs. trenéři, závodníci a závodnice a zvýší tréninkový objem ve srovnání s loňským rokem.

V běžecích disciplínách žen Blanka Paulů (Autoškořa Vrchlabí) potvrdila své prvenství a svědomitou

přípravu získáním mistrovských titulů na 5 i 10 km s převahou. Oba závody vyhrála před kapitánkou čs. družstva Alenu Bartošovou (Naveta Jablonec), která ke dvěma stříbrným medailím připojila ještě zlatou ze štafety 3×5 km. V tomto závodě startovala Paulů s dalšími reprezentantkami Miroslavou Jaškovskou a Květou Jeriovou mimo soutěž a dosáhly nejlepšího času. Mistrovský titul ve štafetách obhájila Naveta Jablonec zásluhou výborného výkonu Bartošové v posledním úseku. Třetí nejlepší čs. běžkyně v současné době je Anna Pasiarová (RH Vysoké Tatry) i když se jí nevydařil běh na 10 km podle očekávání a skončila v něm pátá. V závodě na 5 km byla třetí a ve štafetě 3×5 km na prvním úseku nejrychlejší.

Čtvrtou členku pro štafetu stále hledáme, jak to potvrdil také trenér Bohouš Rázl.

V běhu mužů se rozdělili o mistrovské tituly František Šimon, Jiří Beran a Stanislav Henych (všichni Dukla Liberec) a potvrdili, že v letošní sezóně jsou nejspolehlivějšími čs. reprezentanty. Tito tři závodníci se také podělili o všechny další medaile a vybojovali pro libereckou Duklu i mistrovský titul ve štafetě. Stanislav Henych, naše loňská „jednička“ v průběhu mistrovství potvrdil stoupající formu. Začal třetím místem na 30 km, v patnáctce byl druhý a padesátka vyhrál s náskokem 36,7 vt. před Beranem. Z ostatních závodníků příjemně překvapil Ján Brúzik (RH Vysoké

Tatry], z juniorů pak Miroslav Račák (Dukla Liberec).

Závod sdružený je stále zatím slabší naší disciplínou. František Zeman vyhrál skok i běh a mistrovský titul je mu zaslouženou odměnou za jeho světomitou dlouhodobou přípravu. Josef Pospíšil je letos slabší ve skoku, Stanislav Buchta (všichni Dukla Liberec) startoval se zhmožděnou rukou, na startu chyběli Tomáš Kučera, zraněný z předolympijských závodů v Seefeldu, a Vladimír Rázl, který se zranil při skokanském tréninku před zahájením mistrovství ve Spindlerově Mlýně. Z juniorů se stal přeborníkem Vladimír Slivka z Dukly Banská Bystrica, který letos končí v této kategorii.

Ve skoku mistři ČSSR Rudolf Höhn (Dukla Liberec) a Karel Kodejška (Dukla Banská Bystrica) potvrdili opět, že jsou oporami reprezentačního družstva. Lepší úroveň měl závod na devadesátce v Liberci, kde příjemně překvapil třetím místem devatenáctiletý Ivo Felix (Dukla Liberec), syn bývalého několikanásobného mistra republiky Františka Felixe. Také Břetislav Novák na velkém můstku na Ještědu potvrdil, že patří mezi mladé nadějně skokany. Mladým závodníkům v této disciplíně je třeba dále věnovat zvýšenou pozornost.

Mimořádné uznání zasluhují za pečlivou přípravu mistrovství organizátoři. Dokázali navést celý velký můstek na Ještědu sněhem z Jizerských hor, zajistili dobrou úpravu náhradních tratí, vhodné ubytování a důstojný rámec této spartakiádní soutěže. Zkušení a osvědčení činovníci z libereckého a jablonického okresu potvrdili, že budou úspěšnými organizátory i juniorského mistrovství Evropy 1976 v klasických disciplínách, které bude v příštím roce uspořádáno v Jizerských horách a na Ještědu. Mají mimořádnou podporu stranických a státních orgánů, jakož i národních podniků a závodů. Jejich důvěru nezklamali a generální zkouška pro juniorské mistrovství Evropy skončila pro ně po všech stránkách úspěšně.

Běh mužů na 15 km: 1. František Šimon 49:40,6 min., 2. Stanislav Henych 50:31,7, 3. Jiří Beran 50:45,6, 4. Jan Fajstavr 50:45,7, 5. Milan Jarý (všichni Dukla Liberec) 50:50,7, 6. Zdeněk Böhm (VŠ Praha) 51:06,5, 7. Ján Brúžik 51:16,9, 8. Ján Michalko 52:05,9, 9. Vladimír Staroň 52:34,5, 10. Štefan Pavlák (všichni RH Vysoké Tatry) 52:35,3, 11. Josef Kubica (Dukla Liberec) 52:44,4, 12. Josef Langmajer (Naveta Jablonec) 52:58,9, 13. Jan Novák (VŠ Praha) 52:59,3, 14. Stanislav Rezáč (Dukla Liberec) 53:04,5, 15. Miroslav Zuzánek (Naveta Jablonec) 53:04,7, 16. Václav Šír (Autoškoda Vrchlabí) 53:15,8, 17. František Schürger (TJ Vysoké Tatry) 53:16,0, 18. Vít Fousek (ČZ Strakonice) 52:23,3, 19. Jiří Zahourek (VŠ Chemie Praha) 53:35,7, 20. Ladislav Jiráček (Naveta Jablonec) 53:36,3 min. Startovalo 90 závodníků, 84 závod dokončilo.

Běh mužů na 30 km: 1. Beran 1:41:12,5, 2. Šimon 1:41:40,1, 3. Henych 1:42:02,7, 4. Jarý 1:42:59,6, 5. Jaroslav Saidl (Dukla Liberec) 1:44:11,0, 6. Fajstavr 1:44:35,3, 7. Böhm 1:45:46,4, 8. Brúžik 1:45:59,9, 9. Michalko 1:46:16,8, 10. Rezáč 1:46:28,1, 11. Júlíus Lupták (RH Vysoké Tatry) 1:46:48,1, 12. Langmajer 1:47:14,9, 13. Ji-

rák 1:47:53,9, 14. Kubica 1:47:57,4, 15. Novák 1:48:14,3, 16. Zahourek 1:48:44,0, 17. Zuzánek 1:48:48,2, 18. Schürger 1:48:52,8, 19. Šír 1:49:00,1, 20. Josef Hrubý (Dukla Banská Bystrica) 1:49:02,2 hod. Startovalo 72 běžců, 67 závod dokončilo.

Běh mužů na 50 km — Hančův memoriál: 1. Henych 2:46:07,3, 2. Beran 2:46:44,0, 3. Šimon 2:49:10,6, 4. Fajstavr 2:51:02,4, 5. Lupták 2:52:50,4, 6. Kubica 2:53:15,0, 7. Langmajer 2:54:12,9, 8. Šír 2:55:59,8, 9. Schürger 2:56:06,2, 10. Jiráček 2:56:19,8, 11. Hrubý 2:56:35,0, 12. Brúžik 2:56:47,4, 13. Zuzánek 2:59:31,8, 14. Lubomír Grnáč (Dukla Banská Bystrica) 2:59:45,4, 15. Michalko 3:00:01,4, 16. Pavel Vojáček (ČZ Strakonice) 3:00:06,9, 17. Jan Buchar (Naveta Jablonec) 3:00:21,6, 18. Staroň 3:01:16,8, 19. Jan Fejkl (Naveta Jablonec) 3:01:41,0, 20. Ján Matejbus (Tesla Liptovský Hrádok) 3:02:35,6 hod. Z 99 startujících 89 závod dokončilo.

Štáfeta mužů 3X10 km: 1. Dukla Liberec I. (Šimon, Beran, Henych) 1:43:11,9 hod., 2. RH Vysoké Tatry I. (Michalko, Pavlák, Brúžik) 1:43:48,1, 3. Dukla Liberec II. (Fajstavr, Kubica, Jarý) 1:43:53,1, 4. Naveta Jablonec I. (Jiráček, Zuzánek, Langmajer) 1:45:17,6, 5. VŠ Praha I. (Böhm, Urbanec, Novák) 1:46:32,7, 6. Dukla Banská Bystrica I. (Hrubý, Grnáč, Petr) 1:47:02,3, 7. Dukla Liberec III. 1:47:23,5, 8. RH Vysoké Tatry II. 1:47:32,4, 9. Tesla Liptovský Hrádok 1:47:43,2, 10. ČZ Strakonice 1:47:50,4 hod. Startovalo 27 štáfet, 26 závod dokončilo.

Běh juniorů na 10 km: 1. Miroslav Račák 35:28,2 min., 2. Karel Nývlt (oba Dukla Liberec) 36:01,1, 3. Štefan Záchveja (TJ Vysoké Tatry) 36:26,7, 4. Oldřich Hakl (Dukla Liberec) 36:32,9, 5. Josef Pěnička (Ski Jilemnice) 36:50,7, 6. Milan Bárta 36:57,8, 7. Pavel Šimon (oba Dukla Liberec) 37:24,2, 8. Marian Rábek (RH Vysoké Tatry) 37:24,4, 9. Jiří Suchánek (RH Harrachov) 37:25,3, 10. Marian Cunderlík (Dukla Banská Bystrica) 37:37,9. Mimo soutěž Jaroslav Kohút (Tesla Liptovský Hrádok) měl čas 35:43,8 min. Startovalo 36 juniorů, všichni závod dokončili.

Běh žen na 5 km: 1. Blanka Paulů (Autoškoda Vrchlabí) 23:07,8 min., 2. Alena Bartošová (Naveta Jablonec) 23:33,9, 3. Anna Pasiarová (RH Vysoké Tatry) 23:50,7, 4. Miroslava Jaškovská (MEZ Frenštát pod Radhoštěm) 24:18,4, 5. Gabriela Sekajová (Tesla Liptovský Hrádok) 24:30,2, 6. Helena Bekešová (RH Vysoké Tatry) 24:44,2, 7. Květa Jeriová (Sokol Studenec) 25:07,2, 8. Marie Brožková (Naveta Jablonec) 25:36,7, 9. Alena Solanská (TJ Rožnov) 25:39,9, 10. Helena Školová (Naveta Jablonec) 25:56,5, 11. Ludmila Harvánková (Sokol Nové Město na Moravě) 26:06,0, 12. Růžena Šibová (RH Vysoké Tatry) 26:28,5, 13. Táňa Taschová (VŠ Praha) 26:34,1, 14. Terezie Sekajová (RH Vysoké Tatry) 26:35,2, 15. Iva Drahokoupilová (VŠ Praha) 26:42,2 min. Všech 44 startujících závod dokončilo.

Běh žen na 10 km: 1. Paulů 37:48,2, 2. Bartošová 39:04,5, 3. Školová 40:05,2, 4. G. Sekajová 40:27,9, 5. Pasiarová 40:40,5, 6. Bekešová 40:42,2, 7. Jaroslava Řezáčová (Ski Jilemnice) 43:20,4, 8. Lída Obšilová (Naveta Jablonec) 43:31,3, 9. Drahokoupilová 43:37,6, 10. Taschová 43:51,0, 11. Marie Pfefferová 43:54,3, 12. Dana Procházková (obě VS Chemie Praha) 44:01,8, 13. Marie Hubáčová (ČZ Strakonice) 44:07,2, 14. Anna Matejbusová (Tesla Liptovský Hrádok) 44:31,8, 15. Hana Milušková (Sokol Nové Město na Moravě) 44:47,8 min. Z 34 startujících 33 závod dokončilo.

Štáfeta žen 3X5 km: 1. Naveta Jablonec (Brožková, Školová, Bartošová) 1:15:22,6 hod., 2. RH Vysoké Tatry (Pasiarová, T. Sekajová, Bekešová) 1:15:42,2, 3. Tesla Liptovský Hrádok (Staroňová, Matejbusová, G. Sekajová) 1:18:58,5, 4.

VŠ Praha (Havlová, Drahokoupilová, Taschová) 1:21:42,2, 5. Sokol Nové Město na Moravě (Mikšlová, Milušková, Harvánková) 1:22:43,2, 6. VŠ Chemie Praha I. (Šlajerová, Pfefferová, Procházková) 1:23:37,8, 7. ČZ Strakonice 1:24:06,0, 8. VŠ Chemie Praha II. 1:28:03,3 hod. Startovalo 11 štáfet, 10 závod dokončilo.

Běh juniorek na 5 km: 1. Miroslava Jaškovská (MEZ Frenštát pod Radhoštěm) 23:54,1, 2. Květa Jeriová (Sokol Studenec) 24:20,8, 3. Marie Brožková (Naveta Jablonec) 24:38,8, 4. Alena Solanská (TJ Rožnov) 25:11,7, 5. Ludmila Harvánková (Sokol Nové Město na Moravě) 25:17,5, 6. Terezie Sekajová (RH Vysoké Tatry) 25:25,8, 7. Eva Širová (Sokol Horní Branná) 26:02,1, 8. Věra Mikšlová (Sokol Nové Město na Moravě) 26:07,9, Růžena Šibová (TJ Vysoké Tatry) 26:33,6, 10. Lenka Jansová (Lokomotiva Trutnov) 26:53,1 min. Startovalo 21 juniorek, 20 závod dokončilo.

Závod sdružený mužů: 1. František Zeman 427,4 b. (skok 207,4+běh 220,0) 2. Josef Pospíšil 396,545 (183,4+213,145), 3. Stanislav Buchta 387,725 (184,9+202,825), 4. Jaroslav Balatka (všichni Dukla Liberec) 370,635 (160,1+210,535), 5. Miroslav Kremel (RH Vysoké Tatry) 362,56 (188,4+174,16), 6. Petr Kožíšek (VŠST Liberec) 333,78 (140,6+193,18), 7. Čestmír Kožíšek (Naveta Jablonec) 330,76 (189,0+141,76), 8. Jiří Novotný (Dukla Liberec) 328,9 (141,0+187,9). Startovalo 13 sdruženářů, 11 závod dokončilo. — Pořadí ve skoku: 1. Zeman 207,4 (75,5+70,5), 2. C. Kožíšek 189,0 (68+71,5), 3. Kremel 188,4 (68,5+67,5), 4. Buchta 184,9 (66,5+66,5), 5. Pospíšil 183,4 (68+66,5), 6. Jaroslav Svoboda (Naveta Jablonec) 172,3 (69+61), 7. Balatka 160,1 (63+60), 8. Jindřich Kučera (VŠST Liberec) 157,8 (63+57). Běh na 15 km: 1. Zeman 55:10,3, 2. Pospíšil 55:56,0, 3. Balatka 56:13,4, 4. Buchta 57:04,8, 5. P. Kožíšek (VŠST Liberec) 58:09,1, 6. Novotný 58:44,3, 7. Kamil Gregorčok (RH Vysoké Tatry) 59:49,9, 8. Kremel 1:00:15,9 hod.

Přebor juniorů v závodě sdruženém: 1. Vladimír Slivka (Dukla Banská Bystrica) 405,52 b. (skok 197,7+běh 207,82), 2. Vladimír Vedral (Technoien Lomnice nad Popelkou) 393,78 (178,2+215,58), 3. Luděk Šablatura (Jiskra Harrachov) 390,56 (197,5+193,06), 4. Milan Doležal 387,06 (167,3+219,76), 5. Siegfried Holub (oba Dukla Liberec) 371,5 (151,5+220,0), 6. Vladimír Fojtášek (Tesla Rožnov) 356,22 (147,5+208,72). Startovalo 11 juniorů, 10 závod dokončilo. — Pořadí ve skoku: 1. Slivka 197,7 (69+70,5), 2. Šablatura 197,5 (72,5+71), 3. Vedral 178,2 (66+66), 4. Vratislav Meda (Jiskra Harrachov) 172,1 (60+71), 5. Doležal 167,3 (63,5+62), 6. Vladimír Piperek (RH Vysoké Tatry) 162,2 (63,5+60). — Běh juniorů na 10 km: 1. Holub 39:10,5, 2. Doležal 39:11,7, 3. Vedral 39:32,6, 4. Ludvík Kartík (RH Vysoké Tatry) 39:53,7, 5. Fojtášek 40:06,9, 6. Slivka 40:14,4 min.

Skok na středním můstku (P 72 m): 1. Rudolf Höhn (Dukla Liberec) 210,1 b. (78+73,5), 2. Karel Kodejška (Dukla Banská Bystrica) 198,7 (73+72), 3. Jindřich Balcar 197,6 (73,5+73), 4. Leoš Škoda (oba Dukla Liberec) 188,0 (66+72), 5. Zdeněk Makovec (RH Vysoké Tatry) 184,8 (70,5+73), 6. František Novák 181,6 (68,5+70,5), 7. Břetislav Novák (oba Jiskra Harrachov) 181,0 (66,5+71,5), 8. Václav Jakoubek (Naveta Jablonec) 180,7 (71+66,5), 9. Karel Morcinek (TŽ Třinec) 176,4 (67,5+67), 10. Jaromír Lidák 175,6 (66,5+67,5), 11. Emil Babiš (oba Dukla Ban. Bystrica) 173,3 (65+66), 12. Zdeněk Janouch (RH Vysoké Tatry) 172,8 (62,5+71), 13. František Novotný (Slovan Spindlerův Mlýn) 171,8 (61,5+67), 14. Ivo Felix 171,2 (68+62), 15. Jaroslav Sláma (oba Dukla Liberec) 163,9 (68,5+71). Startovalo 47 skokanů, všichni závod dokončili.

Skok na velkém můstku (P 90 m): 1. Kodejška 224,4 (101,5+102), 2. Höhn 223,5 (105+102,5), 3. Felix 222,7 (103+102,5), 4. Jakoubek 214,7 (102+103,5), 5. Skoda 211,1 (101+103), 6. Jindřich Balcar 206,8 (98,5+101), 7. Břetislav Novák 206,1 (102+97), 8. Bohumil Doležal (Ještěd Liberec) 201,3 (98+99), 9. Jozef Lepko (Dukla Banská Bystrica) 200,8 (95,5+96,5), 10. Karel Vagenknecht (Dukla Liberec) 199,7 (98,5+97), 11. Morcinek 194,5 (96+96,5), 12. Ján Kliment (Dukla Banská Bystrica) 191,9 (96,5+92), 13. Vlastimil Hlava (Jiskra Harrachov) 191,0 (97,5+95), 14. Jiří Raška (MEZ Frenštát pod Radhoštěm) 190,8 (99,5 s pádem+100), 15. Oldřich Vévoda (RH Vysoké Tatry) 182,4 (91+95). Startovalo 39 skokanů, všichni závod dokončili.

JAROSLAV TROUSIL

Zahraniční zajímavosti

Na mistrovství Itálie ve sjezdových disciplínách v Courmayeuře ve slalomu mužů zvítězil Piero Gros v čase 100,54 před Pegorariem 101,08 a Pietrogiovannou 101,37. V závodě žen se stala mistryní 19letá Daniela Vibertiová za 92,42 vt. před Ziniovou 98,46. Obhájkyně titulu Tisotová byla vyřazena v prvním kole.

* *

Lyžařské běžecké závody na dlouhé tratě jsou v Evropě stále populárnější. Potvrdil to i Koasa běh na 72 km v Rakousku, jehož trať vedla z Kitzbühlu přes St. Johann, Kössen a Erpfendorf zpět do St. Johannu. Mezi startujícími byl i Toni Sailer, rakouský amatérský cyklista Steinmayer a bývalý cyklistický mistr světa Rudi Altig (NSR). Startovali závodníci z osmnácti zemí. Zvítězil Rakušan Heinrich Wallner v novém traťovém rekordu 3:34:42,20 před svými krajany Kapellerem 3:37:42,76 a Farbmacherem 3:42:07,16.

* *

Již čtyřicátý mistrovský titul vybojoval 39letý Walter Demel na mistrovství NSR v klasických disciplínách. Zvítězil v běhu na 15 km za 52:41,40 před Düppem 42:43,44 a Betzem 43:09,40. V závodě žen na 5 km byla první Endlerová v čase 19:09,94. Místrem NSR v závodě sdruženém se stal Hettich s 426,080 b. před Rosenfeldelem 417,235. Dva tituly vybojoval ve skoku Grosche. Na středním i velkém můstku zvítězil před Tuschem.

* *

Na mistrovství USA ve sjezdových disciplínách v Mission Ridge (stát Washington) ve sjezdu žen zvítězila Becky Dorseyová za 1:09,88 před Fleckensteinovou 1:10,19, v závodě mužů se stal mistrem Phil Mahre za 2:08,81 před Jonesem 2:09,22. Ve sjezdu žen zvítězila Cindy Nelsonová v čase 1:43,90 před Heyerovou 1:45,16, v závodě mužů Steve Mahre za 1:55,31 před Biedermanem 1:56,27.

* *

Předolympijské závody úspěchem Seveřanů a rakouských skokanů

Předolympijské závody v klasických disciplínách koncem ledna a začátkem února v Seefeldu byly ve znamení úspěchů běžců a běžkyň severských zemí, rakouských skokanů a finského sdruženáře Rauno Miettinen. Pro čs. reprezentační družstvo byl nejméně úspěšný běh žen na 10 km, v němž Blanka Paulů obsadila třetí místo, kapitánka čs. běžkyň Alena Bartošová byla pátá a třetí závodníci v první desítce byla Anna Pasiarová na devátém místě. Naši lyžaři měli příležitost seznámit se s olympijskými tratěmi, pensionem, v němž při ZOH 1976 budou ubytováni, i se středním můstkem, jehož profil pro olympijskou soutěž však bude ještě upraven.

Testovací závody znovu potvrdily, že Seveřané a rakouští skokani se na boje o olympijské medaile v příštím roce pečlivě připravují. Konkurence bude těžší a vyrovnanější než na loňském mistrovství světa ve Falunu. Řada výsledků v předolympijských závodech byla překvapením pro lyžařské experty. Měníci se počasí a sněžení při běhu mužů na 15 km znamenaly velké obtíže pro správné namazání lyží. Konkurence v tomto závodě byla silnější než na mistrovství světa, ale patnáctka nepřinesla očekávané srovnání sil za stejných podmínek. V hořejších polohách ukazoval teploměr dva stupně mrazu, v dolejších bylo na nule. Většinu závodníků se suchý sníh ve vyšší nadmořské výšce lepil na skluznici a ztěžoval dobrý výkon. Nejlépe namazali Švýcaři a Italové, nejvíce promazali sovětská běžci, pouze Saveljev se s neočekávanými podmínkami vyrovnal. Závod vyhrál Švéd Thomas Magnusson, který měl čtrnáctivteřinový náskok v polovině trati před Norem Martinsenem a 22 vteřin před Grimmerem. Za těžkých podmínek Gerhard Grimmer (NDR) znovu potvrdil, že je velkým bojovníkem a vypracoval se na druhé místo se ztrátou necelých dvou vteřin na Magnussona. Nejlepší čs. reprezentantů uzavíral první dvacítka. Beran byl devatenáctý a Šimon dvacátý. Štafeta skončila úspěchem Norů, hlavně zásluhou Braa na prvním a Martinsena v závěrečném úseku.

Závod žen na 10 km skončil úspěchem 37leté Finky Marjatty Kajosmaaové a také ve štafetě žen na 4x5 km patřilo prvenství finským lyžařkám před Švédkami a sovětskými reprezentantkami. Čs. běžkyň obsadily páté místo o špičku lyže před Norkami. Dvacetiletý Fin Rauno Miettinen slavil úspěch v závodě sdruženém vyrovnanými výkony v běhu i skoku. V obou disciplínách mu patřilo prvenství. Teprve 19letý Nor Tom Sandberg obsadil druhé místo před olympijským vítězem Ulrichem Wehlingem (NDR). Nejlepší čs. sdruženář František Zeman byl šestnáctý. Ve skoku po úspěchu na Intersportturné znovu dominovali Rakušané. Patřila jim první tři místa a ještě další dva skončili v první desítce. Zvítězil Karl Schnabl před Willi Pürstlem a Edi Federerem. Kapitán čs. týmu skokanů Rudolf Höhn

se zařadil na dobré sedmé místo se ztrátou devíti bodů na vítězného Schnabla.

Běh žen na 10 km: 1. Kajosmaaová (Finsko) 32:36,00, 2. Baldyčevová (SSSR) 32:58,09, 3. Paulů (ČSSR) 33:00,31, 4. Kulakovová (SSSR) 33:01,55, 5. Bartošová (ČSSR) 33:16,15, 6. Seljuninová 33:20,66, 7. Baranová (obě SSSR) 33:22,49, 8. Ohlssonová (Švédsko) 33:35,97, 9. Pasiarová (ČSSR) 33:38,18, 10. Smetaninová (SSSR) 33:40,39. — 32. Sekajová 35:07,62, 37. Jaškovská 36:18,91.

Štafeta žen 4x5 km: 1. Finsko (Kuntolaová, Takalová, Suihkonenová, Kajosmaaová) 1:13:59,37, 2. Švédsko 1:14:22,75, 3. SSSR 1:14:45,22, 4. NDR 1:14:53,83, 5. ČSSR (Pasiarová, Sekajová, Bartošová, Paulů) 1:16:30,67, 6. Norsko 1:16:30,67.

Běh mužů na 15 km: 1. Magnusson (Švédsko) 50:54,87, 2. Grimmer (NDR) 50:56,81, 3. Martinsen (Norsko) 51:23,49, 4. Kälín (Švýcarsko) 51:32,55, 5. Lundbäck (Švédsko) 51:56,78, 6. Kostner (Itálie) 52:09,59, 7. Saveljev (SSSR) 52:10,87, 8. Hessler 52:20,58, 9. Meinel (oba NDR) 52:27,83, 10. Södergren (Švédsko) 52:33,92. — 19. Beran 53:10,73, 20. Šimon 53:15,71, 25. Böhm 53:40,20, 30. Jarý 53:53,79, 44. Henych 55:05,55, 78. Saidl 58:48,82.

Štafeta mužů 4x10 km: 1. Norsko (Braa, Myrmo, Formo, Martinsen) 2:07:33,11, 2. Švédsko 2:08:59,2, 3. SSSR 2:09:23,46, 4. Švýcarsko 2:10:01,32, 5. Finsko 2:10:19,03, 6. NDR 2:11:06,43, 7. Itálie 2:11:48,14, 8. ČSSR (Šimon, Beran, Jarý, Henych) 2:12:00,35.

Závod sdružený: 1. Miettinen (Finsko) 436,00, 2. Sandberg (Norsko) 427,84, 3. Wehling (NDR) 424,48, 4. Lustenberger (Švýcarsko) 409,33, 5. Kilpinen (Finsko) 403,74, 6. Schjetne 400,11, 7. Gullikstad (oba Norsko) 398,97, 8. Hettich (NSR) 398,96, 9. Tuchscherer (NDR) 397,93, 10. Bystöl (Norsko) 395,48. — 16. Zeman 387,58, 26. Buchta 385,73, 28. Pospíšil 362,32.

Skok na středním můstku: 1. Schnabl 229,5 (71,5+81), 2. Pürstl 228,8 (74,5+74,5), 3. Federer (všichni Rakousko) 227,7 (73+79), 4. Krzysztofiak (Polsko) 224,4 (71,5+80), 5. Bachler (Rakousko) 224,0 (73+77), 6. Rautionaho (Finsko) 220,6 (74+74,5), 7. Höhn (ČSSR) 220,5 (72+78), 8. Sätre (Norsko) 219,9 (73+76), 9. H. G. Aschenbach (NDR) 219,9 (76+73), 10. Lippurger (Rakousko) 218,9 (72,5+76). — 22. Jindřich Balcar 207,2 (71+73,5), 26. Skoda 204,2 (71,5+73), 37. B. Novák 197,4 (68,5+73), 60. Kodejška 184,7 (71+76 s pádem).

Univerzální, funkční lyžování - orientované na žáky

Jubilejní X. kongres Mezinárodní federace pro výuku a metodiku lyžování INTERSKI 1975 se konal 19.—25. ledna ve Vysokých Tatrách na Štrbském Plese za rekordní účasti zástupců 24 zemí. Program kongresu byl velmi bohatý a pestrý. Mimo jednání jednotlivých komisí a pléna INTERSKI přiváděly vždy dopoledne jednotlivé státy praktické ukázky výuky lyžování na sněhu. Tyto demonstrace učebních postupů byly uváděny teoretickými přednáškami a v některých případech i filmy, které byly promítány předcházející odpoledne nebo večer.

Mimo přednášek uvádějících vlastní ukázky, referovala řada lyžařských odborníků z různých zemí o mnoha dalších zajímavých poznatcích z oblasti fyziologie lyžování, kondiční přípravy, lyžování dětí, lyžařské terminologie a podobně. Z celkového počtu téměř třiceti přednášek, které byly na kongresu INTERSKI 1975 předneseny, jsme pro čtenáře „Lyžařství“ vybrali ty nejhodnotnější a nejzávažnější. Mají co říci k současným otázkám řešeným u nás a budeme je postupně v našem odborném měsíčníku zveřejňovat.

Jednou z nejspěšnějších sjezdových ukázek byla ukázka lyžařského svazu NSR, která se setkala se značným ohlaselem jak v plénu expertů INTERSKI, tak i mezi přítomnými diváky.

Úvodem tedy přednáška předsedy komise techniky a metodiky Erharda Gattermanna ke zmíněné ukázce, uváděně pod heslem: Lyžování dnes: univerzální — funkční — orientované na žáky.

NAŠE ZÁSADY Z ROKU 1971

Na 9. kongresu INTERSKI jsme stanovili znaky, které již po řadu let určují vývoj v NSR. Mnohé věci z toho nás zajímají ještě dnes a zdají se nám být i nadále hodnými diskuse. Tehdy jsme řekli:

1. Již pominul čas lyžařských škol národního ražení — ve smyslu národní lyžařské techniky. V lyžařském světě, v kterém odborníci pěstují vzájemné kontakty, v kterém existuje obšířná odborná literatura a pořádají se zvláštní kongresy za účelem výměny názorů, může kromě vlastní rozvojové práce jít jen o to, aby byly pečlivě sledovány zkušenosti jiných, aby se hodnotily a případně i rozebíraly. Takto jsme si vědomi toho, že např. naše lyžování je ovlivněno rakouskou technikou hry nohou, úsilím o techniku horní části těla ve Švýcarsku a italským způsobem jízdy anticipování.

2. Dále jsme v roce 1971 konstatovali: techniku dobrých lyžařů není možno uvést na jednoho společného jmenovatele. Tito podle intencí a situací používají nejrůznější techniku. Tím je princip „červené nitě“ mrtvý. Každý lyžařský výcvik musí být mnohostranný a musí probíhat ve víceokrajném procesu.

3. Dobře, pěkně a s jistotou možno lyžovat různým způsobem. Do tohoto pojmání včleňujeme i tak zvané starší lyžařské techniky. V Garmisch-Partenkirchenu jsme zdůrazňovali, že jsme povinni vůči lyžařům i vzhledem k věci samé nevyvolat při novotách v lyžařské technice současně inflaci dosavadního.

4. Přesto, že necháváme dveře otevřené pro mezinárodní vývoj a při loajálnosti k tradičnímu stavu vyhradili jsme v referátech a při naší ukázce na 9. kongresu INTERSKI zvláštní místo obloukům s přestupováním. Viděli jsme v této technice přednosti techniky běžců a měli jsme za sebou již dlouholeté pokusy ve zpřístupňování tohoto způsobu jízdy i prostřednictvím vyučování lyžování. Jako třetí zdůvodnění poukázali jsme s odvoláním na dr. Zálešáka na dynamický moment této techniky, která je tím příbuzná každodenním lokomotorickým pohybům a může znamenat novou dimenzi v pohybových zážitcích lyžování.

NAŠ UČEBNÍ PLÁN NA ROKY 1971—1975

Podrobněji než na 9. kongresu INTERSKI jsme mohli ukázat záměry, které nás v posledních letech znepokojovaly, v novém šestisvazkovém učebním plánu. Kromě toho jsme dále



rozvíjeli náš učební program intenzivní spoluprací s různými svazy a s mnohými kursy pro další zdokonalování na různých úrovních. Z této práce posledních let možno samozřejmě uvést jen některé perspektivy.

1. Při velkém množství možností lyžařské techniky — tedy různých forem oblouků — šlo nám o to, abychom jasně stanovili, jaká je oblast uplatnění pro určitý oblouk. Vypsali jsme druhy sněhu, konfiguraci terénu, tempo, akční rádius, zkrátka osobitou situaci, pro kterou se zvlášť hodí.

2. Jako speciální problém nás znepokojuje otázka, jak možno prostřednictvím situace změnit základní motorické vzory a jak to zprostředkovat ve vyučování. Za významné podněty v tomto bodě vděčíme Rakušanu G. Winterovi. Pro praxi vyučování vidíme v tomto směru před sebou ještě důležitou úlohu.

3. Pokud jde o poskytování různorodé nabídky, získali jsme meziřad v vyučovací praxi povzbuzující poznatky. Vysoké procento vycvičených a dobrých lyžařů používá kromě oblouků s přestupováním i snožné oblouky s úvodním snížením nebo snížením. Názor, který je starý desítky roků, je určitý, jednou získaný motoric-



Nejmladší šestiletá rakouská demonstrátorka na INTERSKI ve Vysokých Tatrách se svým učitelem

ký stereotyp vylučuje jiné možnosti, byl nesprávný.

4. Lyžařskou techniku není možno považovat za naprosto izolovaný komplex otázek a takto je vyučovat. Učit se lyžovat, to je v každém případě spjata s jinými představami o cíli, například s představou rekreace, objevování zimního světa hor, dovolené v kolektivu a zvláštní atmosféry. Na samém začátku jsme se proto pokoušeli vyrovnat se s problémem vyučování orientovaného na učební cíle. Diskutovali jsme o tom, které možnosti lyžařské techniky mají osobitý vztah k ostatním učebním cílům a vyzkoušeli jsme metodické formy vyučování, které více odpovídají příslušným cílům.

5. Dále nám v práci posledních let šlo v technice lyžování, jakož i v metodice o to, abychom více sloučili determinanty žáků např. věk, kondici a předpokládaný čas, který bude věnován lyžování. Odvažujeme se tu říci, že tato otázka je velmi živá ve vědomí učitelů lyžování v NSR a že jsme vytvořili kursy, výběr učební látky a použitelné postupy vyučování.

6. V posledních letech se nám podařil velký přelom v teoretické a metodické oblasti. Naši vedoucí výcviků, trenéři a učitelé lyžování se státní zkouškou jsou dnes chápáni v první řadě jako učitelé. Ve výcviku a dalším zdokonalování v oblasti techniky usilujeme ve vztahu teorie k metodice o poměr 1:1. Formování vědomí a práce v tomto bodě nebyly možné bez intenzifikace celkové přípravy a nadvýkonu všech zúčastněných.

Vývoj a současné úlohy ve vyučování lyžování v NSR můžeme shrnout následovně:

univerzální, funkční a na žáky orientované lyžování.

Tyto tři programové pojmy vyjadřují naše záměry.

1. Když hovoříme o univerzálním lyžování myslíme tím skutečnost, že dnes existuje velký počet technických možností, které je třeba poznat, osvojit si a zprostředkovat. Vyvinuli jsme k tomuto účelu výběrová kritéria a stanovili jsme těžiskové body. Pochybností o možnosti současného naučení a ovládnání různých forem oblouků byly vyrázceny práxi.

2. Když hovoříme o funkčním lyžování, myslíme tím dvě věci. Za prvé vykazuje každá forma oblouku oso-

bitou použitelnost pro určité situace a za druhé musí být všechny pohybové vzory přizpůsobené typickým podmínkám situace — konfiguraci terénu, druhu sněhu, tempu a frekvenci.

3. Když hovoříme o lyžování orientovaném na žáky, naznačujeme tím ten nejdůležitější rys vývoje. Náš pohled se odpoutal od zaměření jen na lyžařskou techniku. Ptáme se: Pro koho je lyžařská technika? Kdo je naším adresátem? Kdo s jakými představami přichází k nám? Jaké jsou předpoklady pro úspěšný učební proces?

Naši současnou situaci charakterizuje šťastné spojení tří směrů vývoje: univerzální lyžařská technika pro různé situační podmínky orientovaná na různé potřeby, přání a možnosti lyžařů — tomu se říká lyžování, to znamená lyžování dneška.

NÁŠ UKÁZKOVÝ PROGRAM PRO X. INTERSKI

Naši práci a naše záměry možno v jedné ukázce předvést jen velmi zkráceně. Především naše metodické záměry by bylo možno ukázat jen v procesu vyučování. To co chceme ve Vysokých Tatrách ukázat, je pokusem nového druhu, když vycházíme z historie kongresů. Je to totiž pokus uvědomit si, kterou lyžařskou techniku je třeba použít a rozpracovat pro jednotlivé skupiny. U adresáta se spojují nejnázorněji mnohé z uvedených záměrů. Tak se pokusíme ukázat:

— Co může očekávat příležitostný lyžař a rekreat od našeho vyučování lyžování?

— Co musíme poskytnout turistovi na lyžích a jezdcí v hlubokém sněhu?

— Co by si mohl přát milovník krásného lyžování a stylista?

— Jaký program jsme připravili pro sportovního lyžaře?

— Nakonec kde leží oblast uměleckých lyžařů?

Doufáme, že budeme moci naši ukázkou získat váš zájem a budeme moci ukázat, že moderní vyučování lyžování je skutečně univerzální, funkční a orientované na žáky. —jm—



Druhý den po příjezdu NEJLEPŠÍ HODNOTY

Pětkrát ročně vyšetřujeme ergometricky žáky sportovních tříd (běh na lyžích) při II. ZDŠ v Novém Městě na Moravě, abychom ujasnili otázku, jaký vliv mají různé fáze celoročního tréninkového cyklu na vývoj jejich přizpůsobivosti na námahu respektive funkční zdatnosti. Už dříve jsme si povšimli skutečnosti, že nejvýraznější vzestup ergometrických hodnot lze u těchto dětí zaznamenat během jednotýdenního horského výcvikového tábora zařazeného podle osnov vždy na začátek sněhové sezóny; zprávy o tom jsme podali v Lyžařství (roč. 60, 1974, č. 3, str. 15) i v Tělesné výchově mládeže (roč. 40, 1973—74, č. 10, str. 437—444). Letos nás zaujala otázka časového průběhu reaklimatizace dětí po návratu z výcvikového tábora do místa trvalého bydliště.

Pro řešení této otázky jsme použili výsledky vyšetření jedné třídy v prosinci 1973 (výcvikový tábor na Výrovce) a výsledky vyšetření dvou tříd v prosinci 1974 (výcvikové tábory na Mísečkách a na Martinovce). Trvalé bydliště dětí je 615 metrů nad mořem;

poloha míst výcvikových táborů je 1075, 1260 a 1375 metrů nad mořem. Jsou tedy dány klimatické předpoklady k tomu, aby se fyzická zdatnost dětí mohla při soustavně vedeném tréninku náležitě vyvíjet.

Všechny děti byly vyšetřeny v týdnech, které těsně předcházely konání jednotlivých výcvikových táborů. Vracely se domů zpravidla o nedělních odpoledne; přes třetinu vrátivších se dětí bylo kontrolně ergometricky vyšetřeno už v bezprostředně následujících pondělích, zhruba třetina dětí připadla na úterky, a zbytek dětí na středy a další dny týdnů, které bezprostředně následovaly po jejich horských výcvikových táborech. Změny hodnoty ergometrického výkonu zvládnutelného při tepové frekvenci 170 za minutu (hodnota W_{170}), udané v rozdílech dosažené wattové hodnoty mezi vyšetřením po návratu a vyšetřením před odjezdem, jsme si rozdělili podle toho, který den bylo u jednotlivých dětí provedeno vyšetření po návratu. Výsledky ukazuje tabulka:

	1.	2.	3.—5.	1.—5.
Kontrolní vyšetření provedeno v den:	pondělí	úterý	středa—pátek	pondělí—pátek
počet vyšetřených dětí: od jejich příjezdu z Krkonoš	28	22	19	69
do vyšetření uplynulo hod.:	14—18	38—42	52—114	14—114
rozdíl ergometrického výkonu při 170 tepech/min. mezi vyšetřením po návratu a před odjezdem:	+0,57 W	+9,47 W	+5,74 W	+4,84 W
směrodatná odchylka rozdílu:	±12,88 W	±11,91 W	±11,18 W	±12,68 W
testovací hodnota statistické významnosti vývojové změny (binární t-test):	0,23	3,73	2,24	3,17
zjištěné zlepšení je tedy z hlediska matematické statistiky	nevýznamné	vysoce významné	významné	vysoce významné

Nejlepší hodnoty zlepšení výsledků ergometrických vyšetření po návratu z horského výcvikového tábora proti stavu před odjezdem na tento tábor tedy byly nalezeny u dětí, které byly vyšetřeny druhý den po návratu, tzn. 38 až 42 hodin po nástupu reaklimatizace do místa trvalého bydliště. Poněkud slabší zlepšení bylo zaznamenáno u dětí, které byly vyšetřeny až třetí a další dny po návratu. Prakticky žádné zlepšení nebylo nalezeno u dětí, vyšetřených 14 až 18 hodin po návratu.

MAGNUSSONŮV ÚSPĚCH

Čtyřiadvacetiletý Švéd Thomas Magnusson patří k nejlepším běžcům současné doby. Po úspěchu na předolympijských závodech v Seefeldu vybojoval dva tituly na mistrovství Švédska v Umea. Zvítězil v běžích na 15 a 50 km. Ve čtyřech letech získal Magnusson deset mistrovských titulů a udržel-li dobrou formu i nadále, má vyhlídky překonat rekord legendárního Mora-Nisse Karlssona, který v letech 1943—1951 získal 17 zlatých medailí. Sixten Jernberg vybojoval 15 titulů.



Rakušan Hinterseer uzavírá první desítku Světového poháru ve sjezdových disciplínách

Domníváme se, že tyto poznatky mohou mít význam i pro odhad potřebné časové rezervy, kterou by mladí lyžaři, účastníci se závodů v místě klimaticky odlišném od místa předchozího pobytu, měli mít k tomu, aby se jejich fyziologická adaptabilita vyrovnala se změnou prostředí natolik, aby při závodě od nich bylo možno očekávat optimální výkon. Z hlediska uvedených poznatků je třeba přijet do místa závodu zhruba 36 až 48 hodin před jejich konáním — jinak řečeno, závodník by se měl v místě konání závodů před startem dvakrát vyspat.

Delší čas aklimatizace resp. větší počet noclehů před závodem by asi — pokud lze naše šetření takto zevšeobecnit — nebyl zvláště nutný. Kratší doba aklimatizace resp. méně než dva noclehy v místě konání závodů před jejich startem by ovšem mohly být vážným handicapem.

Jsmo si vědomi toho, že úvaha o potřebné době aklimatizace v místě ko-

nání závodů je řešena logicky volnější extrapolací našich sledování průběhu reaklimatizace dětí po horských výcvikových táborech, avšak neznáme zatím věrohodnější metody a spolehlivější, širše podložená sledování, kterými by tuto otázku bylo možno ujasnit. Věříme tedy, že i v předložené podobě budou námi zjištěné výsledky a námi rozvedené úvahy zajímavé pro praktické potřeby trenérů a organizačních pracovníků lyžařských oddílů i pedagogických kadrů sportovních tříd, specializovaných v běhu na lyžích.

Dr. K. DANĚK, CSC., zdr. s. V. STÁNKOVÁ a zdr. s. S. LINHARTOVÁ — BSP oddělení tělovýchovného lékařství, Nové Město na Moravě

Gustavo Thöni v čele Světového poháru před jeho závěrem

Ital Gustavo Thöni, kterého dobře známe z jeho loňského vítězství ve slalomu ve Vysokých Tatrách, je v čele Světového poháru sjezdařů po první části druhé poloviny soutěže. Rozhodl o tom závod ve sjezdu ve francouzském Megeve v neděli 2. února, v němž již v horní části ztroskotal dosud vedoucí Rakušan Franz Klammer — vítěz všech dosavadních šesti sjezdů.

Obtížná trať Emila Allaise byla pro startující těžkou zkouškou. Úvodem závodu byla sněhová bouře v horní části sjezdovky, která znamenala odložení startu o 40 minut. Během nich zledovatělá trať se stala ještě obtížnější a ukončila naděje mnoha sjezdařů. Po Klammerovi nezvládl zatáčku a vletěl do televizní kamery mistr světa ve sjezdu D. Zwilling, na terénních skocích upadli Rakušan Grissmann a Švýcar Russi. Potom se vážně zranil Angličan Bartelki. Za těchto těžkých podmínek zvítězil Švýcar Walter Vesti, který zaznamenal první úspěch ve Světovém poháru. Thöni byl devátý, předtím zvítězil ve slalomu a obsadil první místo ve dvojkombinaci, čímž předstihl Klammera o 14 bodů. Kromě Rakušana ve zbývajících závodech jsou jeho největšími soupeři Ital Piero Gros a Švéd Ingemar Stenmark. Po závodech v japonské Naebě, kanadském Mont Garibaldi a americkém Sun Valley zakončí Světový pohár mužů sjezd a paralelní slalom v italské Val Gardeně 21.—24. března.

Slalom v Garmisch-Partenkirchenu 6. ledna 1975 (výškový rozdíl 180 m, v prvním kole 62, ve druhém 55 branek): 1. Gros 82,40 vt. (42,75+39,65), 2. Thöni 82,45 (43,24+39,21), 3. Radici (všichni It.) 82,88 (43,43+39,45), 4. Bachleda (Polsko) 83,86, 5. de Chiesa (Itálie) 83,98, 6. Fernandez-Ochoa (Španělsko) 84,12, 7. Schlager (NSR) 84,24, 8. Kniewasser (Rakousko) 84,39, 9. Frommelt (Lichtenštejsko) 84,78, 10. Tresch (Švýcarsko) 85,34. Umístění čs. reprezentantů: 23. Sochor 88,91

(45,92+42,99), 27. Zeman 89,24 (47,16+42,08). Z 92 startujících bylo 35 klasifikováno.

Sjezd ve Wengen 11. ledna 1975 (délka tratě 4187 m, výškový rozdíl 1012 m): 1. Klammer (Rakousko) 2:35,19 mín. 2. Plank (Itálie) 2:38,73, 3. Haker (Norsko) 2:38,85, 4. Grissmann (Rakousko) 2:39,26, 5. Veith (NSR) 2:40,09, 6. Cordin (Rakousko) 2:40,20, 7. Russi 2:40,44, 8. Vesti (oba Švýcarsko) 2:40,48, 9. Besson (Itálie) 2:40,66, 10. Winkler (Rakousko) 2:40,74. — Umístění čs. reprezentantů: 47. Sochor 2:49,09, 49. Zeman 2:49,84, 59. Hezcko po pádu 2:55,59. Z 69 startujících bylo 59 klasifikováno.

Slalom ve Wengen 12. ledna 1975 (výškový rozdíl 155 m, v prvním kole 59, ve druhém 61 branek): 1. Stenmark (Švédsko) 99,87 vt. (50,03+49,84), 2. Gros 99,91 (50,52+49,39), 3. de Chiesa 102,12 (52,23+49,89), 4. Thöni 102,40, 5. Fernandez-Ochoa 102,42, 9. Neureuther (NSR) 102,62, 7. Roche (Francie) 102,92, 8. Schlager 103,21, 9. Pegorari (Itálie) 103,48, 10. Hinterseer (Rakousko) 103,73. — Umístění čs. reprezentantů: 29. Hezcko 108,42, 30. Sochor 108,46, 46. Zeman závod nedokončil.

Kombinace ve Wengen (sjezd a slalom 11. a 12. ledna 1975): 1. Thöni 39,97 b., Zwilling (Rakousko) 62,37, 3. Tresch 63,47, 4. Haker 65,32, 5. R. Thöni (Itálie) 70,36, 6. Klammer 72,79, 7. Lüscher 77,98, 8. Jakober (oba Švýcarsko) 79,19, 9. Veith 80,15, 10. Tritscher (Rakousko) 80,90.

Obří slalom v Adelboden 13. ledna 1975 (výškový rozdíl 340 m — 60 branek): 1. Gros 2:42,60 (1:21,19+1:21,41), 2. Thöni 2:42,88 (1:22,01+1:20,87), 3. Mattle (Švýcarsko) 2:45,31 (1:23,28+1:22,03), 4. Hauser (Rakousko) 2:45,52, 5. Pargatzl (Švýcarsko) 2:46,62, 6. Hinterseer 2:47,08, 7. de Chiesa 2:47,30, 8. Hemmi 2:47,47, 9.

Good (oba Švýcarsko) 2:47,73, 10. Haker 2:47,44. — Umístění čs. reprezentantů: 31. Sochor 2:51,46, 49. Hezcko 2:55,59, 50. Zeman 2:55,60. Startovalo 97 závodníků, 64 bylo klasifikováno.

Sjezd v Kitzbühelu 18. ledna 1975 (délka tratě 3510 m, výškový rozdíl 860 m): 1. Klammer 2:03,22 mín., 2. Thöni 2:03,23, 3. Grissmann 2:03,30, 4. Berthod (Švýcarsko) 2:03, 80, 5. Vesti 2:04,13, 6. Plank 2:04,14, 7. Veith 2:04,77, 8. Roux (Švýcarsko) 2:05,02, 9. Pellat-Finet (Francie) 2:05,13, 10. Winkler 2:05,46. Startovalo 52 sjezdařů, 43 bylo klasifikováno.

Slalom v Kitzbühelu 19. ledna 1975 (v prvním kole 71, ve druhém 69 branek): 1. Gros 111,35 (57,79+53,56), 2. Stenmark 112,21 (58,71+53,50), 3. de Chiesa 112,40 (58,75+53,65), 4. Hinterseer 113,46, 5. Bruce (USA) 113,66, 6. Bachleda (Polsko) 114,11, 7. Kniewasser 114,13, 8. Fernandez-Ochoa 114,47, 9. Roche 114,63, 10. Junginger (NSR) 114,71. — Umístění čs. reprezentantů: 14. Zeman 116,26, 23. Sochor 117,10.

Kombinace v Kitzbühelu (sjezd a slalom 18. a 19. ledna 1975): 1. Thöni 17,87 b., 2. Fernandez-Ochoa 28,39, 3. Klammer 29,37, 4. Tresch 29,71, 5. Ferstl (NSR) 52,09, 6. Veith 55,93, 7. Hunter [Kanada] 56,42, 8. Tritscher 67,06, 9. Read [Kanada] 68,95, 10. Taylor (USA) 87,56.

Sjezd v Innsbrucku 26. ledna 1975 (délka tratě 3145 m, výškový rozdíl 870 m): 1. Klammer 1:55,78, 2. Russi 1:56,27, 3. Plank 1:56,61, 4. Thöni 1:57,16, 5. Mill (USA) 1:57,17, 6. Irwin (Kanada) 1:57,38, 7. Haker 1:57,52, 8. Grissmann 1:57,62, 9. Berthod (Švýcarsko) 1:57,77, 10. Hunter 1:57,90. Ze 73 startujících 67 závodů dokončilo.

Celkové pořadí ve Světovém poháru mužů: 1. Thöni 198, 2. Klammer 184, 3. Gros 145, 4. Stenmark 130, 5. Haker 105, 6. Plank 88, 7. Grissmann 84, 8. Fernandez-Ochoa 68, 9. de Chiesa 67, 10. Hinterseer 63 b. — **49. Sochor 4 b. — Poltár národů:** 1. Itálie 572, 2. Rakousko 465, 3. Švýcarsko 212, 4. Švédsko 190, 5. Norsko 105, 6. NSR 90, 7. Španělsko 68, 8. USA 52, 9. Kanada 36, 10. Polsko 17. — **14. ČSSR 4 b.**

Annemarie Moserová popáté vyhraje Světový pohár

Rakušanka Annemarie Moserová-Prölllová je na nejlepší cestě již popáté získat Světový pohár sjezdařek. Má náskok 81 bodů na druhou Rosi Mittermaierovou (NSR) a stovku bodů na lichtenštejskou sjezdačku Hani Wenzelovou před posledními třemi slalomy, stejným počtem obřích slalomů, jedním sjezdem a závěrečným paralelním slalomem ve Val Gardeně.

Moserová-Prölllová zvítězila ve všech dosavadních čtyřech závodech v obřím slalomu ve Val d'Isère, Mariboru a dvakrát v Grindelwaldu, kde také vyhrála sjezd. Rakušanka Manika Kasererová, která byla loni ve Světovém poháru druhá, je zatím až na jedenáctém místě s 51 body. Mistryně světa v obřím slalomu Francouzka Fabienne Serratová je osmá se ztrátou 157 bodů na Moserovou-Prölllovou.

Obří slalom v Grindelwaldu 9. ledna 1975 (délka tratě 1230 m, výškový rozdíl 310 m — 47 branek): 1. Moserová-Prölllová (Rakousko) 1:21,60 min., 2. Wenzelová (Lichtenštejnsko) 1:23,00, 3. Mittermaierová (NSR) 1:23,39, 4. Serratová (Francie) 1:23,43, 5. Kreinerová (Kanada) 1:23,48, 6. Kasererová 1:23,89, 7. Schrolllová (obě Rakousko) 1:23,96, 8. Nelsonová (USA) 1:24,48, 9. Eppleová (NSR) 1:24,69, 10. Debernardová (Francie) 1:24,75. — Umístění čs. reprezentantek: 24. D. Kuzmanová 1:25,73, 29. Droppová 1:26,26. Startovalo 77 závodnic, 71 bylo klasifikováno.

Sjezd v Grindelwaldu 10. ledna 1975 (délka tratě 2750 m, výškový rozdíl 600 metrů): 1. Moserová-Prölllová 1:53,80, 2. Mittermaierová 1:54,36, 3. Nadigová 1:54,81, 4. Zurbriggenová (obě Švýcarsko) 1:54,97, 5. Nelsonová 1:55,49, 6. Wenzelová

1:55,58, 7. Eppleová 1:55,66, 8. Debernardová 1:55,94, 9. Schmidová-Gföllnerová (Rakousko) 1:56,29, 10. Cliffordová (Kanada) 1:56,71.

Kombinace v Grindelwaldu (obří slalom a sjezd 9. a 10. ledna 1975): 1. Moserová-Prölllová 0 b., 2. Mittermaierová 17,19, 3. Wenzelová 21,03, 4. Nelsonová 31,70, 5. Kreinerová 31,88, 6. Nadigová 32,49, 7. Eppleová 34,15, 8. Serratová 34,47, 9. Debernardová 36,17, 10. Zurbriggenová 38,97.

Obří slalom v Grindelwaldu 12. ledna 1975 (délka tratě 1230 m, výškový rozdíl 310 m — 55 branek): 1. Moserová-Prölllová 1:20,34, min., 2. Serratová 1:20,94, 3. Wenzelová 1:21,54, 4. Zechmeisterová (NSR) 1:21,66, 5. Kasererová 1:21,81, 6. Schrolllová 1:22,32, 7. Schmidová-Gföllnerová 1:22,59, 8. Drexelová (Rakousko) 1:22,65, 9. Nadigová 1:23,41, 10. Ducrozová (Francie) a Cliffordová obě 1:23,55. — Umístění čs. reprezentantek: 32. Droppová 1:26,27, 35. D. Kuzmanová 1:26,85. Startovalo 76 sjezdařek, 52 bylo klasifikováno.

Sjezd ve Schruns 15. ledna 1975: 1. Zurbriggenová 1:27,53 min., 2. Schmidová-Gföllnerová 1:28,83, 3. Nadigová 1:29,22, 4. Drexelová 1:29,42, 5. Moserová-Prölllová 1:29,61, 6. Totschnigová (Rakousko) 1:30,27, 7. Eppleová 1:30,29, 8. Kreinerová 1:30,37, 9. Wenzelová 1:30,50, 10. Spiessová (Rakousko) 1:30,62. — Umístění čs.

závodnic: 51. Droppová 1:36,02. Startovalo 63 sjezdařek, 62 závod dokončilo.

Slalom ve Schruns 16. ledna 1975 (výškový rozdíl 180 m, v obou kolech 54 branek): 1. Zechmeisterová 81,49 vt. (41,14+40,35), 2. Moserová-Prölllová 82,28 (41,73+40,55), 3. Wenzelová 82,35 (41,62+40,73), 4. Serratová 83,23, 5. Mittermaierová 83,49, 6. Drexelová 83,74, 7. Behrová (NSR) 83,86, 8. Cliffordová 84,55, 9. Kreinerová 84,77, 10. Nelsonová 84,86.

Kombinace ve Schruns (sjezd a slalom 15. a 16. ledna 1975): 1. Moserová-Prölllová 21,31 b., 2. Wenzelová 28,30, 3. Drexelová 29,69, 4. Zurbriggenová 39,90, 5. Kreinerová 43,11, 6. Serratová 48,98, 7. Nelsonová 50,71, 8. Schrolllová 50,91, 9. Totschnigová 52,76, 10. Mittermaierová 56,16. Byla klasifikováno 28 závodnic.

Sjezd v Innsbrucku 24. ledna 1975 (délka tratě 2515 m, výškový rozdíl 700 m): 1. Nadigová 1:46,95 min., 2. Moserová-Prölllová 1:47,31, 3. Rouvierová (Francie) 1:48,32, 4. Zurbriggenová 1:48,94, 5. Eppleová 1:49,02, 6. R. Mittermaierová 1:49,20, 7. E. Mittermaierová 1:49,58, 8. Debernardová 1:49,69, 9. Lukasserová (Rakousko) a Schmidová-Gföllnerová obě 1:50,08. Čs. reprezentantka Droppová závod nedokončila. Ze 64 startujících bylo 58 klasifikováno.

Celkové pořadí žen ve Světovém poháru: 1. Moserová-Prölllová 243, 2. Mittermaierová 162, 3. Wenzelová 143, 4. Zurbriggenová 123, 5. Nadigová 117, 6. Nelsonová 104, 7. Zechmeisterová 90, 8. Serratová 86, 9. Drexelová 76, 10. Morerodová 72 b. — **Pohár národů:** 1. Rakousko 470, 2. NSR 319, 3. Švýcarsko 312, 4. Francie 185, 5. Lichtenštejnsko 143, 6. USA 110, 7. Kanada 58, 8. Norsko 15, 9. San Marino 8 b.

5. ročník JUNIORKRITÉRIA ve Špindlerově Mlýně

Po jednorozhodném přestávce konal se již tradičně ve Špindlerově Mlýně ve dnech 18.—21. ledna 5. ročník mezinárodního závodu ve sjezdových disciplínách JUNIORKRITÉRIA 1975. Ačkoliv byl organizační výbor JUNIORKRITÉRIA 1975 ustaven již v květnu loňského roku, od kdy také začal intenzivně pracovat, setkal se při přípravě tohoto závodu s takřka nepřekonatelnými organizačními potížemi. V listopadu 1974 musel požádat o změnu původního termínu, potvrzeného již mezitím na červnové kalendářní konferenci FIS na Bledu a uvedeného již v mezinárodním kalendáři na 18.—21. ledna 1975 (původní termín byl 12.—15. března 1975). Na tento termín nám Ústřední správa rekreační péče ROH uvolnila celou kapacitu zotavovny „Pětilетка“ se 170 lůžky a zadržela uspořádání závodu.

K účasti byly pozvány všechny lyžařské svazy zemí socialistického tábora a alpských zemí. Svou neúčast omluvili mladí lyžaři SSSR a Bulharska. Celkem se letošního ročníku zúčastnilo 51 zahraničních účastníků, kompletní juniorská družstva ČSSR a obou republikových svazů. Tentokrát k nám z Rakouska vyslali skutečně své nejlepší reprezentanty, o čemž svědčily i jejich výborné FIS-body (ve slalomu vesměs mezi 40—50 body a v obřím slalomu dokonce mezi 30—40 body) a tak jsme byli pochopitelně

zvědaví na výkony našich reprezentantů v boji s těmito 16 a 17letými, ale již daleko ostřílenějšími závodníky.

V neděli 19. ledna dopoledne se jej jako první závod slalomu juniorů. Na startu bylo padesát 15 až 18letých závodníků ze sedmi států. Hned v prvním kole — poměrně velmi náročném — naznačilo všech šest rakouských reprezentantů, že každopádně jeden z nich musí vyhrát — tak riskantně byla jejich jízda! Do pořadí nejlepších v prvním kole — 1. Prieler, 2. Stock, 3. Plössnig (všich Rakousko) — se výbornou jízdou probjovali naši a to Klíč jako 4. a Kolín jako pátý.

S napětím jsme očekávali druhé kolo, do něhož postupovalo jen 31 závodnic a to v pořadí podle tzv. BIBO-systému, tj. první losovací skupina v obráceném pořadí a pak další závodníci v pořadí podle svého umístění v 1. kole. Druhé kolo pro nás nevyznělo právě nejlépe — Klíč byl diskvalifikován, Kolín po kolizi vzdal a ani Kárníkovi se nepodařilo prorazit mezi rakouský blok. Zato Braun i ve druhém kole příjemně překvapil, zajel třetí nejlepší čas a posunul se na 4. místo jako náš nejlepší závodník.

Pořadí: 1. Walter Plössnig 48,51+51,24=99,75 vt., 2. Franz Gruber 48,98+50,94=99,92, 3. Josef Prieler (všichni Rak.) 47,82+52,78=100,60, 4. Vladimír Braun 49,23+51,84=101,07, 5. Michal Kárník 49,20+52,84=102,04, 6. Eduard Ptáček 50,82+51,91=102,72, 7. Pavel Žurek 50,56+52,62=103,18, 8. Roman Loska (všichni ČSSR) 50,95+52,48=103,43 vt.

Závod dokončilo jen 20 závodníků, 27 jich vzdalo a 3 byli diskvalifikováni. Přirážka FIS-bodů pro registraci těchto výsledků do světového žebříčku FIS bohužel nemohla být vypočtena, ježto závod nedokončilo ani pět závodníků se stávajícími FIS-body, tj. minimální počet potřebný pro výpočet.

V neděli odpoledne pokračovala soutěž závodem ve slalomu juniorek. Ke startu se přihlásilo 34 závodnic ze šesti států — Rakousko bohužel soutěž juniorek neobeslalo.

Hned v prvním kole, vytyčeném 52 brankami naším trenérem juniorek Janem Čermákem, ujala se vedení Jana Šoltýsová půlveřinovým náskokem před další naší juniorkou Brixiovou a vynikající jízdou v druhém kole své celkové vítězství potvrdila. Druhé kolo, jehož autorem byl polský trenér Jerzy Wala, bylo velmi obtížné a tak poměrně velký počet (14) závodnic musel závod vzdát. Ze zahraničních účastnic se jediná Špela Blažejová (Jugoslávie) udržela až do konce v soutěži a skončila celkově šestá.

Celkové pořadí: 1. Jana Šoltýsová 44,87 + 42,41 = 87,28, 2. Pavla Walachová 47,46 + 45,78 = 93,24, 3. Zdena Suržinová 46,43 + 47,65 = 94,08, 4. Iveta Harvanová 46,44 + 50,00 = 96,44, 5. Milena Janoušková 48,69 + 49,53 = 98,22, 6. Špela Blažejová (Jug.) 49,78 + 48,59 = 98,37 vt.

Celková bilance tohoto slalomu tedy byla neslavná, neboť z 33 startujících pouze 9 závod dokončilo, celkem 19 vzdalo a 5 bylo diskvalifikováno!

V pondělí 20. ledna pokračoval 5. ročník JUNIORKRITÉRIA obřím slalomem. První kolo juniorů na „černé“ sjezdovce postavil rakouský trenér Walter Winkler v 56 brankách — délka trati cca 1600 m s výškovým rozdílem 310 m. Tvrdá, místy zledovatělá trať přes silně zvlněný „steilhang“ kladla svou obtížností mimořádné nároky nejen na technickou, ale i fyzickou zdatnost všech padesáti startujících. Zde se vynikající kvalita rakouských reprezentantů projevila ještě zřetelněji. Z našich se pouze Gažíkovi podařilo vklínit čtvrtým časem mezi šest rakouských závodníků. Vzdor vysoce náročné trati vzdalo pouze 7 juniorů, takže do druhého kola, které se jelo téhože dne odpoledne, postupovalo 43 závodníků startujících opět v pořadí podle systému „BIBO“.

Trať druhého kola juniorů na „červené“ sjezdovce byla společná i pro kategorii juniorek. Vytyčil ji trenér našich juniorů Jiří Jírsa 54 brankami, byla dlouhá cca 1900 m s výškovým rozdílem 350 m. Nejdříve byly na této trati odstartovány juniorky. Jejich pevné startovní časy začínaly ve 13.31 hod., ale k překvapení startéra i člena jury na startu se všechny naše závodnice z první skupiny na start ve svém startovním čase nedostavily! Jury rozhodla, že závod bude zahájen „na čas“ zatím bez našich sedmi nejlepších juniorek, jimž byl později povolen podmíněný náhradní start na konci závodního pole jako 34. až 40. závodnice. Nevýhoda tohoto startovního pořadí zůstala s ohledem na výborně upravenou trať pouze teoretickou nebo snad psychickou, a tak se i v tomto závodě podařilo Janě Šoltýsové, startující jako 34., s převahou zvítězit. Zato druhá naše „horká“ favoritka, domácí Jana Zemanová startující jako 35., měla na trati kolizi a skončila až na 16. místě!

Po vysvětlení příčin pozdního příchodu některých našich juniorek na start, uznala jury po skončení závodu časy našich podmíněně startujících závodnic s tím zdůvodněním, že změnou svého startovního pořadí nezískaly žádnou výhodu a tak mohly být vyhlášeny konečné výsledky:

1. Jana Šoltýsová 2:04,24 min., 2. Marcela Kolátková 2:06,46, 3. Věra Brixiová 2:07,38, 4. Taťána Navrátková 2:07,92, 5. Pavla Walachová 2:08,48, 6. Špela Blažejová (Jug.) 2:11,48, 7. Zdena Suržinová 2:11,52, 8. Renata Zirmová 2:12,02 min.

Odstartováno bylo 33 závodnic, vzdalo 9 a tak bylo celkem klasifikováno 24. závodnic.

Junioři navazovali druhým kolem svého obřím slalomu bezprostředně na závod juniorek. Výborný sjezdař Walter Plössnig opakoval svůj výkon z prvního kola a zvítězil i ve druhém kole, čímž se stal s převahou nejen vítězem obřím slalomu, ale získal i hlavní cenu věnovanou ministrem národní obrany ČSSR arm. gen. inž. Martinem Džúrem za celkové vítězství v dvojboji JUNIORKRITÉRIA-75. Našemu nejlepšímu z prvního kola Juraji Gažíkovi se bohužel ve druhém kole nevedlo a ztráta 5 vt. ho odsunula v celkovém pořadí až na 7. místo za Hrynkiva. Všechny prvních pět míst rakouských reprezentantů v celkovém pořadí obřím slalomu jen potvrdilo jejich vysokou třídu a jistě přimělo naše trenéry k zamyšlení nad současnou úrovní našich juniorských reprezentantů. Všem, kteří obřím slalom dokončili, přinesl tento krásný závod i hodnotné FIS-body, neboť vypočtená přírážka 32,52 bodu je poměrně velmi



Jana Šoltýsová, nejúspěšnější čs. závodnice v 5. ročníku JUNIORKRITÉRIA 1975 ve Špindlerově Mlýně

nízká, takže kupř. Hrynkiv získal 53,31 základních bodů do žebříčku, Gažík si snížil z 85,92 na 55,30 bodu atd.

Podle vyjádření všech zahraničních trenérů i technického delegáta FIS pana Pachlera měl závod v obřím slalomu vysokou sportovní hodnotu a zvláště první kolo na „černé“ trati se svou obtížností rovnalo tratím Evropského poháru mužů.

Pořadí: 1. Walter Plössnig 1:52,68 + 1:54,64 = 3:47,32 min. — 0,00 b., 2. Leonard Stock 1:53,49 + 1:55,98 = 3:49,47 min. — 6,53 b., 3. Josef Prieler 1:55,15 + 1:55,18 = 3:50,33 min. — 9,03 b., 4. Franz Gruber 1:54,81 + 1:57,40 = 3:52,21 min. — 14,48 b., 5. Georg Ager (všichni Rak.) 1:56,05 + 1:56,83 = 3:52,88 min. — 16,37 b., 6. Jaroslav Hrynkiv 1:57,11 + 1:57,35 = 3:54,46 min. — 20,79 b., 7. Juraj Gažík 1:54,97 + 2:00,20 = 3:55,17 min. — 22,78 b., 8. Zbyněk Reitmayer (všichni ČSSR) 1:58,62 + 1:56,60 = 3:55,22 min. — 22,92 bodu.

Z 50 startujících dokončilo závod 36 závodníků, 12 vzdalo a 2 byli diskvalifikováni.

Druhým kolem obřím slalomu juniorů byla v pondělí odpoledne zakončena soutěž JUNIORKRITÉRIA-1975. Zbývalo ještě vypočítat výsledky dvojboje. Absolutními vítězi se v něm stali s naprostou převahou Jana Šoltýsová v kategorii juniorek a Walter Plössnig z Rakouska v kategorii juniorů, jimž oběma se podařilo vyhrát jak slalom, tak i obřím slalom! Na druhých místech se umístili: Pavla Walachová a Josef Prieler (Rak.), na 3. místech Zdena Suržinová a Franz Gruber (Rak.), na 4. místech Špela Blažejová (Jug.) a Vladimír Braun.

V pondělí večer se v kavárně zotavovny „Pětiletka“ konalo slavnostní zakončení 5. ročníku JUNIORKRITÉRIA-75 s vyhlášením vítězů a rozdělením hodnotných cen. Byl to hezký přátelský večer plný smíchu a radostného mládí. Čestné ceny vítězům věnované s velkým pochopením našimi politickými i společenskými činiteli a některými výrobními podniky byly velmi pěkné a všichni z nich měli velkou radost — zvláště rakouským závodníkům zářily tváře nad překrásnými výrobky našich sklářů. Při závěrečných hodnoceních dostalo se nám jako pořadatelům velmi lichotivých uznání všech zahraničních účastníků i technického delegáta FIS Heinz Pachlera z Rakouska, který byl ve Špindlerově Mlýně poprvé a byl — podle jeho vyjádření — mile překvapen vysokou hodnotou trati a bezvadnou organizací celého závodu. Byl to skutečně velmi zdařilý mezinárodní podnik. Díky patří všem, kteří se o zdárný průběh JUNIORKRITÉRIA-1975 zasloužili, především však nepočetné skupině techniků, kteří obětavě zvládli nepříznivé sněhové podmínky a připravili vynikající kvalitu všech tratí a naprosto regulérní pro všechny startující.

ANTONÍN HUSÁK

Nové juniorské reprezentační družstvo sruženářů

Několika poznámkami bych se chtěl zastavit nad přípravou juniorského družstva sruženářů ČSSR, které v nejbližších letech bude zřejmě tvořit zálohu pro doplnění reprezentačního týmu mužů. V nejbližších letech proto, že je složeno z lyžařů věkově a hlavně pak závodnický velmi mladých.

Na jaře loňského roku bylo do juniorského kolektivu zařazeno těchto osm mladých sruženářů: Miroslav Balatka [Tofa Albrechtice - narozen 1959], Vladimír Fojtášek (1957), Zdeněk Sekyra (1959), Dušan Vala (všichni Tesla Rožnov pod Radhoštěm - 1957), Luděk Šablatura [Jiskra Harrachov - 1957], Miroslav Hanus (Tatranská Lomnica - 1957), Vladimír Slivka [Dukla Banská Bystrica - 1955], Vladimír Vedral (Technolen Lomnice nad Popelkou - 1958). Závodníci byli vybráni z velmi malého počtu sruženářů v dorosteneckých kategoriích. Jsou zatím bez zkušeností z provádění sportu na vrcholné úrovni, bez zkušeností z velkých závodů. Hlavním hlediskem při výběru byla perspektivnost jejich dalšího vývoje. Chlapcům tedy zatím mnoho chybí do špičkové výkonnosti, každý z nich má nedostatky v technice prováděných disciplín a většina z nich (kromě tří) má velmi důležitou silovou stránku na nízké úrovni. Není to snad ani jejich vina, jako spíše důsledek toho, že se s mladými sruženáři pracuje systematicky teprve dva až tři roky. Katastrofální nedostatek mústků s umělou hmotou též nutně ovlivnil výkonnost ve skoku — podle mého názoru je to tak trochu hazard s dobrým jménem čs. skoku na lyžích i závodu sruženého. Trenéry družstva jsou Ladislav Rygl a Josef Metelka.

Družstvo jako kolektiv mělo koncem loňského roku za sebou půlroční přípravu, zajišťovanou výcvikovými tábory v Jilemnici, Frenštátě pod Radhoštěm, Rožnově pod Radhoštěm, Kirovsku, Špindlerově Mlýně a v Harrachově. Za tuto dobu se jeho členové dostatečně seznámili, skupina se zformovala, většina mladých závodníků pochopila, že dobrou výkonnost lze získat jedině tvrdou prací, která je vlastní všem našim úspěšným reprezentantům v lyžařských disciplínách. Podle získaných údajů jsem přesvědčen, že členové družstva trénovali v loňském přípravném období tak jako nikdy předtím. Až na malé výjimky v určitých obdobích se mi líbil velmi poctivý přístup k tréninku. Na výcvikových táborech je veškerá tréninková činnost zajištěna bez problémů, horší je však situace mezi soustředěními, kdy přicházejí do popředí ve většině případů velmi důležité povinnosti — škola a s tím spojené dojíždění, mnohde nemožnost tréninku skoku na hmotě apod. Uspokojivé vyřešení tohoto skloubení školy a sportu v těchto kategoriích jistě vyrovná výkonnostní stupeň mezi našimi dorostenci a dorostenci NDR, kteří představují světovou špičku v těchto kategoriích. Naši závodníci nejsou totiž v začátku o nic horší, k vrcholné výkonnosti se však dopracovávají většinou až po nějaké době působení v Duklách, kde možnosti k tréninku jsou výborné. Nechci nijak ukazovat, že jsme na tom hůře, sám mohu říci, že ČSTV může i pro juniorské kategorie zajistit a také zajišťuje podmínky skutečně na vysoké úrovni, kterých v některých případech ani nemůžeme využít právě pro vzpomínané skloubení tréninku se školní docházkou nebo někdy i pro neefektivní trénink, zapříčiněný horší vybaveností našich zimních tréninkových středisek, kde se zvláště při sněhových kalamitách stráví mnoho času úpravou apod.

Naše zimní část přípravy začala prvním výcvikovým táborem na sněhu v Sovětském svazu v Kirovsku, o které bych se chtěl trochu zmínit, protože ještě nikdy neměli tak mladí závodníci-sruženáři možnost přípravy na sněhu tak brzo (3.—19. listopadu 1974) a také proto, že podle dodatečného zjištění jsme byli jediným družstvem, které absolvovalo přípravu za polárním kruhem (nedostatek sněhu v jiných tréninkových místech).

Bydleli jsme ve sportovním hotelu na kraji města, které je ze tří stran obklopeno horami, kde jsou velká naleziště



Čs. reprezentační juniorské družstvo sruženářů při výcvikovém táboře v Kirovsku. Zleva: Zdeněk Sekyra, Dušan Vala, Miroslav Balatka, Luděk Šablatura, Vlado Slivko, Miroslav Hanus, Vladimír Fojtášek a Vladimír Vedral

apatitu. Běžeckých terénů je v nejbližším okolí nedostatek, pouze velmi používaný lyžující veřejností osvětlený okruh v parku. Sněhu také nebylo mnoho — 15 až 20 cm, ale neustále připadával. Pořadatelé nás vozili na místa 15—20 km od města podle našeho přání na terény rozlohou nevelké, ale velmi pěkné, kdy bylo dostatek kvalitního sněhu, většinou přemrzlého, prachového. Připravovali se zde i běžci NDR.

Trénink skoku jsme absolvovali ve skokanském areálu, vzdáleném 15 minut jízdy autobusem od hotelu. Pro nedostatek sněhu byl upraven pouze malý můstek s normovým bodem 45 m, který však našim cílům plně vyhovoval. Trénovali jsme na tomto můstku skoro za všech podmínek. Na tomto můstku se připravovali určitý čas také sruženáři A družstva SSSR i sborná skokanů. Větší můstek s normovým bodem 60 m byl upraven až dva dny před naším odjezdem. Na něm jsme trénovali jen jednou.

S průběhem tohoto výcvikového tábora jsem byl maximálně spokojen. Počasí nám také celkem přálo a tak jsme za 16 tréninkových dnů absolvovali v průměru 320 km na lyžích, 80—85 skoků a tréninky síly a her. Uvážíme-li, že za polárním kruhem v listopadu je den ještě kratší než u nás a určitou dobu jsme strávili dojížděním, hodnotím tréninkovou práci družstva kladně. Je třeba také ocenit snahu pořadatelů vyjít nám ve všem vstříc v zájmu zkvalitnění přípravy.

Po příjezdu ze Sovětského svazu jsme absolvovali soustředění v Harrachově a ve Špindlerově Mlýně. Novou sezónu jsme zahájili prvním závodem v Harrachově v závěru loňského roku. V dalších závodech, zejména při soutěži mladých reprezentantů zemí socialistického tábora „Družba“ v Zakopaném a v přeboru ČSSR, na které se hlavně připravujeme, by se již mělo ukázat, zda jsme pracovali v průběhu loňského roku dobře. Zatím se podle kontrolních závodů družstva jevil jako nejlepší sruženář juniorského týmu Luděk Šablatura. Má výbornou výkonnost ve skoku. Velmi dobře ve skoku i v běhu se projevoval M. Hanus, běžec je na tom nejlépe V. Fojtášek, fyzickými předpoklady V. Vedral. Vzestup byl patrný u všech dorosteneckých členů družstva. Přál bych si, aby kvalita měření sil a výkonnost v dalších závodech měla stoupající tendenci a hlavně takovou úroveň, která by zaručovala při přechodu nejlepších jedinců v nejbližších letech do reprezentačního družstva vysokou světovou výkonnost.

Děláme to vše pro pěkné výsledky, ze kterých by měli radost jak závodníci, trenéři, tak i pracovníci a příznivci lyžování. Zatím však nás trenéři s mládeží a mladé závodníky čeká velké množství práce. Myslím však, že v současném období, které je charakterizováno zvýšenou úrovní této práce, podmíněnou školeními, semináři apod. v širším měřítku, jakož i zlepšujícími se podmínkami, není to věc neelostupná.

LADISLAV RYGL, zasloužilý mistr sportu

Bylo to v cíli mezinárodního závodu na Malé Jizerce při tradičním, již na XXIII. roč. tanvaldských zimních mírových slavnostech. Dorazil do cíle, rychle setřel pot a už mu trenér Josef Kutheil hlásil: „Bylo to Franto dobrý, jsi nejlepší z našich.“

Ta slova patřila Františku Zemanovi, neúspěšnějšímu čs. sdruženáři letošní sezóny. A on jen, jakoby pro sebe, zamumlal — „copak tady, je to dobrý, ale ne důležitý. Takhle bych potřeboval zaběhnout za pár dnů na předolympijských závodech v Seefeldu“. Neskončil tam podle očekávání, patřilo mu šestnácté místo, ale přesto si veďl z našich nejlépe...

Narodil se 10. října 1950 ve Vysokém nad Jizerou, dětství a mládí prožil v Jesenném u Seml. Doma neměl od koho odkoukat sportovní slávu, otec vytáhl vždycky prkýnka jen tak, pro potěšení. A pro potěšení brával svého syna i na závody na slavné vysoké „šachty“. „Jo pro tátu to bylo možná potěšení, ale já jsem spíš koukal, abychom už šli co nejrychleji domů. Byla mi vždycky strašná zima — to je jediné, co si ze závodů dodnes pamatuji.“

Nejúspěšnější

čs. sdruženář František Zeman

Ale to už pomalu začal sám obouvat lyže, přišly první úspěchy, první pády. A přišel také první opravdový skok na takové mezi „U Heváků“, jak se tamní hospodě snad dodnes říká. Bylo to snad sedm, osm metrů a první nádherný pocit po zdareném skoku. Tradiční školní závody zavedly Zemana do lyžařského oddílu — nejdrive v Jesenném, pak v Semlích a nakonec, vlastně už před vojnu, v Harrachově. „Patřil jsem spíše k takovému průměru, spíše jsem jen skákal, za pořádné základy vědčím trenéru Lenemayerovi a vlastně až rok před vojnu se ze mne stal sdruženář. Klidně se dnes přiznám — viděl jsem v tom totiž lepší možnost, jak se dostat do Dukly a dva vojenské roky se věnovat pořádně lyžování.“

Dva roky v Dukle Liberec, to byly dva roky tvrdé práce pod vedením trenéra Štefana Olekšáka, to byly první dílčí úspěchy a dres družstva ČSR.

A nakonec o všem rozhodlo čtvrté místo na mistrovství přátelenských armád v Zakopaném. František Zeman zůstává v Dukle i nadále, v roce 1972 se mu splnilo i velké přání stát se členem čs. reprezentačního družstva.

A začíná se o něm hovořit jako o jedné z našich sdruženářských nadějí.

„Měl jsem výborné výsledky v letní



přípravě i při různých lékařských vyšetřeních, stále jsem se však nedoveďl prosadit v hlavní sezóně. Vždycky jsem dokázal „zbabrat“ jednu z disciplín a bylo po nadějích na nějaký větší úspěch. A tak když bilancuji, bylo mým dosavadním největším úspěchem druhé místo na mistrovství ČSSR v roce 1974, na MS ve Falunu jsem skončil sedmáctý, na Tatranském poháru sedmý. Ale stále jsem cítil, že mám na víc a už jsem pomalu začínal věřit, že se nikdy nenaučím závodit.“

Obrat přinesla letošní sezóna. Zeman vyhrál všechny kontrolní závody na Štrbském Plesu, dosáhl skvělého čtvrtého místa na mezinárodních závodech v Oberwiesenthalu, pak byl pátý v Le Brassu. To byl skvělý vstup do sezóny a dobrá předzvěst rok před zimními olympijskými hrami. „Ano, olympiáda, to je vrchol mého nejbližšího snažení. Tahle sezóna byla pro mne moc důležitá, naučil jsem se vlastně závodit, získal jsem cenné poznatky. Teď půjde o to — absolvovat nerušeně celé přípravné období a pak správně načasovat formu. Byl bych moc rád, kdybych v Innsbrucku uspěl, ale nejdůležitější je, aby kdokoliv z nás, z československých sdruženářů, promluvil do pořadí na předních místech. Na jménech přece nezáleží...“

-k-

SLAVNOST skoro symbolická

Malá Skála, opěvovaná básníky, turisty i malíři, ale i těmi dříve narozenými vyznavači lyžování. Každý, kdo jednou navštívil to malebné údolíčko na Jizeře, sevířen z jedné strany Suchými skalami a z druhé Panteonem, musí na ně stále vzpomínat. Nebylo jen inspirací kumštýřů, ale v těžkých válečných letech i poslední výspou hrstky lyžařských nadšenců, kteří se zde scházeli. Vytvořili dobrou partu, která se zde zdokonalovala ve své lyžařské zdatnosti tak dobře a svědomitě, že mnozí její členové se stali našimi prvými reprezentanty po druhé světové válce.

Proto ti, kteří zažili toto období a zůstali věrní krásnému bílému sportu, se rozhodli zmobilizovat mládež, tělovýchovnou jednotu i obec a pokračovat v tradicích. Jejich úsilí bylo korunováno úspěchem a poslední listopadovou nedělí loňského roku slavnostně předávali do užívání lyžařský vlek s chatou v hodnotě 90 000 Kčs.

Byl to radostný pohled na všechny od těch nejmenších až po ty dříve narozené, jak na mokřém sněhovém poprašku projížděli branky a dychtivě očekávali svůj čas. Zaslужnou práci maloskalských lyžařů, kteří tak splnili svůj závazek k 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou, ocenili i zástupce VSL ČUV ČSTV dr. Zdeněk Eliáš a předsedkyně politicko-výchovné komise VSL ČUV ČSTV Olga Šebková. Symbolickým přestřižením pásky slavnostně odevzdala zařízení do užívání lyžařské veřejnosti.

Zaslужné dílo se podařilo a nechtě se uskuteční všechny další smělé plány ing. Jana Zemličky s čínorodou partou lyžařů Sokola Malá Skála.

-mš-

Lyžaři Seby Tanvald se činí

Lyžaři TJ SEBA Tanvald přes loňské léto nespali. Nejen, že se připravovali na náročnou sezónu, ale pokračovali ve výstavbě nebo rekonstrukci lyžařských zařízení. Dokončili hrubou stavbu lyžařské chaty u bobové dráhy, vnitřní práce pokračují i v zimním období. Členové TJ zde letos odpracovali přes 2000 brigádnických hodin, na podzim by měla být budova s třemi klubovnami, posilovnou, saunou a ubytovnou s 30 lůžky uveřejna do provozu.

Svému účelu již sjezdařům slouží nová horská chata u sjezdovky v Popelnicích. Lyžaři i diváci závěrečného závodu skokanského turné Bohemia mohli ocenit nové železné schodiště i prodlouženou nájezdovou dráhu skokanského můstku v Plavech. Letošního roku přijde na řadu rekonstrukce můstku P-32 ve Žďáru, kde také bude postaven nový můstek P-15. Tím bude na Tanvaldsku vytvořena síť skokanských můstků, umožňující plynulý výkonnostní přechod skokanů od nejmenšího cvičného můstku až po plavskou sedmdeřátku.

-k-



Na stupních vítězů při závodech o spartakiádní vložky TJ Gumárne 1. mája Púchov

»Spartakiadne vložky« na Čertove

Nad mestom sa vznášala ranná hmla. Pohľad z okna teplej izby nepôsobil na človeka dojmom vyvolávajúcim dobrú náladu. Skôr naopak — lákavejší bol pocit z tepla vyhriatej postele. Bola nedeľa, žiadalo sa dlhšie si pospať.

Ale nie každému. Tým, čo majú radosť zo zasnežených hôr a dobrej lyžovačky, neďa spať. Ani vtedy, keď sa zdá, že ovzdušie už dýcha jarou. Takými sú i členovia lyžiarskeho oddielu TJ Gumárne 1. mája v Púchove. Len čo sa objaví na horách prvý sneh, už sú tam. Nie je ich veľa. Aby získali do svojich radov viac nadšencov pre zimný šport, usporiadali v nedeľu 12. 1. lyžiarske preteky v obrovskom slalome pre deti púchovských škôl vo veku od 6 do 10 rokov. Tak spolu s lyžiarmi TJ Gumárne 1. mája odvážilo sa zmerať si svoje sily na snehu 79 detí z Púchova. Bol to príspevok TJ Gumárne 1. mája k propagácii tohoročnej celoštátnej spartakiády. Namiesto snehových vložiek pokryli sa svahy zasnežených lúk na Čertove pestrosťou „spartakiádných vložiek“.

Drobizg, ktorý sa pretekov zúčastnil, nevedel sa nasýtiť zdravého pohybu na snehu. Aj keď pády narúšali plynulosť jazdy, väčšina malých pretekárov húževnato bojovala so snehom, časom i brámkami až do konca. Neboli by preteky pretekmi, keby nemali víťazov. Víťazmi boli všetci zú-

časnení, lebo zvíťazili nad strachom, ktorý mali spočiatku z „veľkého kopca“. Pohotiví lyžiari z radov „skúsenejších“ bleskove postavili zo snehu stupne pre najlepších. Boli i ceny, diplomy a občerstvenie pre všetkých. To všetko zvečnili aj fotoreportéri. Preteky ako „naozaj“, pochvalovali si pretekári. S najväčšou vážnosťou a pozornosťou pripravili lyžiari TJ Gumárne 1. mája v Púchove tieto „veľké“ preteky pre malých pretekárov. Patrí im za to vďaka. Vďaka detí.

„Škoda, že si nemôžeme takto zalyžovať častejšie,“ zavzdychali si deti, nakladajúc lyže do autobusu. Každé sa cestou „vystavovalo“, aké mu ocko lyže, viazanie či paličky pripravil.

„Škoda, že väčšinou ostáva iba pri lyžiach,“ vzdychla som si sama nad touto skutočnosťou. TJ Gumárne 1. mája vynaložila veľké úsilie i finančné náklady na vybudovanie lyžiarskeho strediska na Čertove. Osvetlený vlek, svahy, vhodné pre začínajúcich i náročných lyžiarov, čakajú, kým sa ockovia našich detí spamätajú a povytahujú z garáží svoje autá. Pretože nielen lyže robia z človeka lyžiarra. Treba ísť s lyžami za snehom. V meste ho býva veľmi skúpo, ale na horách je ho dosť. A pobyt na čerstvom vzduchu v našich horách prospeje rovnako dospelým ako deťom.

(E. Š.)

Lidé s „deskami“

Ažkoliv sníh, lyže a lyžařství jsou věci „severské“, je zajímavé že jedna z nejstarších písemných památek o lyžích pochází z Bagdadu. V letech 903 až 932 tam vládl mocný kalif Muktedir. V roce 920 poslal svého důvěrníka Ibn Fadlhana na velkou okružní cestu do oblastí „za zemí Bulgarů“. Ibn Fadlhan se dostal až na sever Evropy do Skandinávie a podal potom kalifovi podrobnou písemnou zprávu o všem, co na své cestě viděl, slyšel a zkusil.

Tehdejší obyvatelé Skandinávie, zvláště muži, zapůsobili na něho neobyčejně mocně. Napsal o nich: „Ještě nikdy jsem neviděl takové statné muže. Jsou vysocí jako palmy, mocní s červenými licemi a vlasy.“ Podrobně popsal jejich každodenní život, zvyky a v této souvislosti zaznamenal i něco, co muselo být pro kalifa Muktediru v horkém Bagdadu přímo neuvěřitelné.

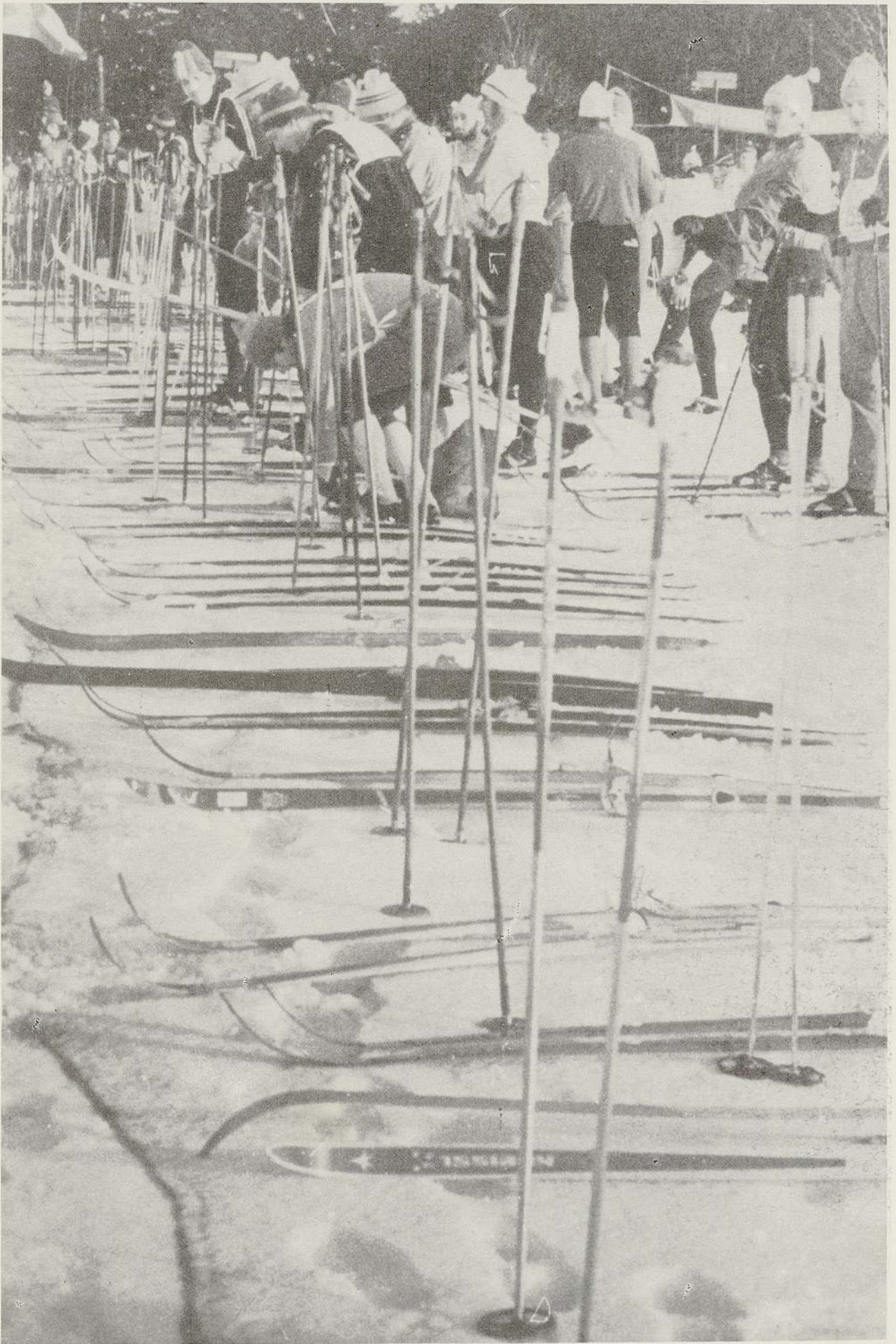
Cestovatel Ibn Fadlhan zaznamenal, že jakmile napadne sníh, severští lidé si připěvňují na nohy „velké kosti“, anebo ještě častěji „zvlášť upravené desky“. Kloužou se na nich po sněhu a pohybují se takto mnohem rychleji než ti, kteří desky na nohou nemají. „Někteří z domorodců jsou s těmito deskami na nohách rychlejší než ptáci nebo jeleni...“, napsal I. Fadlhan. Nijak si neuměl vysvětlit tajemství „rychlých desek“. Konstatoval o nich jen tolik, že když je lidé sejmou z nohou, že nejsou o nic rychlejší než ostatní.

Ibn Fadlhan přivezl ze své cesty do Bagdadu mnoho různých drobných věcí ze zemí, které navštívil, ale „rychlé desky“ nikoli. V Bagdadu sníh neznali, nemohl je tedy předvést svému kalifovi a jeho družině. —še—

Nový vlek na Ještědu

Právě včas, v předvánočním týdnu, byl slavnostně uveden do provozu nový, 1200 metrů dlouhý lyžařský vlek na Ještědu. V akci z něj vybudovali sportovci TJ Ještěd Liberec a liberečtí občané a postarali se tak o významné zkvalitnění lyžařského střediska pod Ještědem. Dolní stanice vleku je v Horním Hanychově, v bezprostřední blízkosti konečné stanice tramvaje a velkého parkoviště.

Vlekem se lyžař dostane na hřebcovou cestu Ještěd—Pláně pod Ještědem. A tam pak může volit z řady dalších možností. Buď snadný sjezd na Pláně a tam na jižním svazu využívat vleku k rekreačnímu lyžování. Nebo se může rozhodnout pro sjezd libereckou sjezdovkou zpět do H. Hanychova, může také odbočit k dolní stanici vleku na Černý vrch a tam využívat slalomového svahu. Ti náročnější mohou sjet až k dolní stanici kabinové lanovky na Ještěd a pak zkusit své umění na rychlých sjezdovkách „Ještědská“ nebo „Pod lanovkou“. Zimní středisko Ještěd dnes svým vybavením poskytuje dobré možnosti i náročným lyžařům. —jk—





Fr. Jurdlová 081

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ DUBEN 1975 ♦ Kčs 3,—

4





Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

MISTROVSTVÍ SVĚTA
V LETECH NA LYŽÍCH

ZE ZÁVODŮ MLÁDEŽE
O SPARTAKIÁDNÍ
VLOČKY

SVĚTOVÝ A EVROPSKÝ
POHÁR SJEZDAŘŮ

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY TŘI ČS. NEJLEPŠÍ BĚZCI LETOŠNÍ SEZÓNY. ZLEVA JIŘÍ BERAN, STANISLAV HE-
NYCH A FRANTIŠEK ŠIMON (VŠICH-
NI DUKLA LIBEREC) NA STUPNÍCH
VÍTĚZŮ PO MISTROVSTVÍ ČSSR V BĚ-
HU NA 50 km. NA DRUHÉ STRANĚ
LUDEK ŠABLATURA (JISKRA HARRA-
CHOV), DOROSTENECKÝ PŘEBORNÍK
ČSSR V ZÁVODĚ SDRUŽENĚM. NA
ZADNÍ STRANĚ OBÁLKY BLANKA
PAULŮ (AUTOŠKODA VRCHLABÍ) NA
TRATI PŘI MISTROVSTVÍ ČSSR V JI-
ZERSKÝCH HORÁCH.

Lyžařství

ROČNÍK 61

ČÍSLO 4

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfred Janecký. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, ing. P. Borský, K. Eldipes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 6. března 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813

K osvobození vlasti Sovětskou armádou

Blíží se slavné květnové dny, v nichž oslavíme 30. výročí osvobození naší vlasti hrdinnou Sovětskou armádou. Naše národy nikdy nezapomenou, že byly osvobozeny za nesmírných obětí sovětských lidí. Spolupráce, přátelství a spojenectví se Sovětským svazem, zpečetěné společně prolitou krví, jsou základními pilíři politiky Komunistické strany Československa i československého státu. Svoboda a nezávislost našich národů a jejich další socialistický rozvoj jsou garantovány spojeneckým svazkem se Sovětským svazem. Letos 6. května je tomu pět let, co jsme toto spojenectví utvrdili novou Smlouvou o přátelství, spolupráci a vzájemné pomoci.

Na základě této nové spojenecké smlouvy dochází k širokému rozvoji vzájemné spolupráce ve všech oblastech společenského života, a to na vyšší úrovni než kdykoliv v minulosti. Jsme svědky toho, že významných výsledků bylo dosaženo i v prohlubování vzájemných ekonomických vztahů v souladu s komplexním programem socialistické hospodářské integrace členských států Rady vzájemné hospodářské pomoci.

Radujeme se z úspěchů, kterých sovětský lid dosahuje při uskutečňování grandiózního programu všestranného rozvoje své země. Úspěšným plněním a pokračováním úkolů plánu rozvoje národního hospodářství posiluje materiálně technickou základnu komunismu. Také naši občané čerpají z těchto bohatých zkušeností KSSS, sovětského státu a sovětského lidu. Při výstavbě socialismu v naší zemi se opíráme o ohromnou politickou sílu, autoritu a ekonomický potenciál, jimiž Sovětský svaz disponuje.

Privítali jsme velkou mírovou ofenzívu Sovětského svazu, rozvíjenou na základě usnesení XXIV. sjezdu KSSS, neboť plně odpovídá i životním zájmům socialistického Československa. Aktivní zahraniční politikou v těsné spolupráci se Sovětským svazem a dalšími zeměmi socialistického společenství chceme ještě zvýšit náš podíl na upevnění míru, vzájemné spolupráci a bezpečnosti v Evropě a na celém světě. Znovu to potvrdilo březnové setkání a rozhovory generálního tajemníka ÚV KSSS Leonida Brežněva a generálního tajemníka ÚV KSČ Gustáva Husáka v Moskvě, na němž si vyměnili názory na široký okruh mezinárodních otázek, přičemž zvláštní pozornost věnovali posílení boje za mír a bezpečnost národů.

Prezidium Nejvyššího sovětu SSSR udělilo Svazu československo-sovětského přátelství vysoké sovětské vyznamenání — Řád přátelství národů u příležitosti 50. výročí vzniku první naší organizace, jež u nás působila k rozvoji přátelských styků s první zemí socialismu. Všichni naši občané mají radost z tohoto vysokého ocenění a uznání, které ještě zvýraznilo osobní blahopřání generálního tajemníka ústředního výboru Komunistické strany Sovětského svazu soudruha Leonida Brežněva, zaslánoho Svazu československo-sovětského přátelství. Soudruh Leonid Brežněv v něm praví: „Společně s vámi máme upřímnou radost ze vskutku pozoruhodných úspěchů, jichž československý lid pod vedením komunistické strany dosáhl při socialistické přeměně své vlasti, v rozvíjení její ekonomiky a kultury a ve zvyšování životní úrovně lidu. Máme velkou radost, že rok od roku sílí naše politická a hospodářská spolupráce, že se prohlubují duchovní svazky pracujících SSSR a ČSSR, že nerozborné československo-sovětské přátelství je stále mnohostrannější.“

Hnutí za přátelství se sovětským lidem, se Sovětským svazem vznikalo spontánně jako jeden z prvních ohlasů na Velkou říjnovou socialistickou revoluci. Pokračovalo pak, rozvíjelo se a sílilo i za těžkých podmínek buržoazní nadvlády, vydáno policejnímu teroru, všemožnému pronásledování a šikanování. Náš lid dobře zná, co pro nás spojenectví a přátelství se sovětským lidem znamená. Jeho průkopníky se stávali již první z našich rudoarmejců, kteří bojovali po boku svých sovětských bratrů proti imperia-
listické intervenci. Naši lidé věděli a vědí, čím nám byl SSSR v době zvýšeného ohrožení hitlerovským fašismem, a nikdy jim nevymizí z vděčné paměti, čím nám byl i pak v okupačních letech, v období národně osvobozeneckého zápasu. Na půdě Sovětského svazu se zformovaly naše vojenské oddíly, jež se po boku Sovětské armády se zbraní v ruce zúčastnily bojů proti fašismu. Naši lidé budou vždy oceňovat, kdo přinesl do našich ulic svátek. Dobře věděli a vědí, proč k Sovětskému svazu vzhlíželi jako ke světlu naděje, k majáku jistoty. Všichni naši občané pochopili hloubku gottwaldovské zásady Se Sovětským svazem na věčné časy — a nikdy jinak.

Českoslovenští lyžaři mají v Sovětském svazu nespočetnou řadu přátel a často čerpali ze zkušeností sovětské fyzikultury a lyžování, především v běžeckých disciplínách. Každoročně naši reprezentanti se zúčastňují významných mezinárodních soutěží v SSSR a vítají sovětské lyžaře na závodech v ČSSR. V letošním roce to byli sovětské skokani v čele s dvojnásobným mistrem světa 1970 z Vysokých Tater Garim Napalkovem na Skokanském turné přátelství, sdruzení na Zimních mírových slavnostech v Tanvaldě, běžci a běžkyně na Bezroukové memoriálu v Donovaldech a nejmladší sovětský sjezdař na Ski-Interkritériu žactva v Říčkách a ve Vrátně. Čs. reprezentanti startovali na mezinárodních závodech v Kavgolovu, v Bakuriani, na Spartakiádě sprátených armád, v Murmansk a v Kirovsku.

Českoslovenští lyžaři si váží toho, že mohli slavnostně zahájit zimní část sportovních soutěží Československé spartakiády 1975 a připravit řadu závodů k 30. výročí osvobození Československa hrdinnou Sovětskou armádou. Je to náš příspěvek k tomuto významnému výročí.

Ať žije věčné, nerozborné přátelství a spojenectví mezi československým a sovětským lidem!

JINDŘICH HOCH, tajemník Svazu lyžování ČSTV

Skončil X. kongres INTERSKI

Je tomu několik týdnů, co lyžařští cvičitelé a učitelé z 24 států naposled sjeli svah INTERSKI na Štrbském Plese a odjeli do svých domovů. Dojmy z krásného lednového týdne, stráveného uprostřed Areálu snů na Štrbském Plese, jsou stále velmi živé a je třeba se o ně podělit se všemi, kdo nebyli při tom.

Příprava X. kongresu Mezinárodního svazu pro výuku lyžování si vyžádala usilovné práce po dobu více než dvou let. Na třicet členů organizačního výboru se pravidelně scházelo na Štrbském Plese v hotelu FIS, aby se radilo o tom, jak nejlépe zajistit podmínky pro pobyt zahraničních delegací a hostů i československých lyžařů a zájemců ve Vysokých Tatrách v době konání kongresu. Předseda organizačního výboru prof. dr. Vladimír Černušák si pro tuto práci vybral zkušené spolupracovníky především z oblasti Vysokých Tater, kteří se již osvědčili u významných mezinárodních akcí, jako bylo mistrovství světa v klasických lyžařských disciplínách v roce 1972, Velká cena Slovenska atd. Neméně náročné úkoly museli plnit pracovníci programového úseku, jejichž úkolem bylo zajistit veškeré technické podmínky pro hladký průběh programové části kongresu. Na tomto úseku se v úzké spolupráci plně osvědčili lyžařští odborníci jak z českých zemí, tak ze Slovenska.

Kongresový týden, zejména jeho prvé tři dny, uvítal návštěvníky krásným slunečným počasím. Bílé panorama Vysokých Tater na blankytném modrém pozadí připravilo v neděli 19. ledna pro nástup všech delegací působivý rámec. Zahajovací ceremoniál, především pestrobarevné oblečení, tak typické pro dnešní milovníky lyžařského sportu, se těšil pozornosti několika tisíců diváků. Organizátoři kongresu byli nadmíru spokojeni, neboť si velmi dobře uvědomovali, že dostatek sněhu a přízeň počasí jsou nakonec těmi nejdůležitějšími faktory rozhodujícími o plném úspěchu kongresu. Dobrá nálada se zračila i ve tvářích nejvyšších představitelů, kteří svými projevy zahajovali X. kongres, tj. ministra školství Slovenské socialistické republiky prof. ing. Stefana Chochola, předsedy SÚV ČSTV prof. V. Černušáka a prezidenta INTERSKI dr. A. Odermatta.

Po vzoru předchozích kongresů INTERSKI byla většina kongresových dnů organizována tak, že v odpoledních hodinách byly vždy v kongresové hale předneseny odborné přednášky, k jejichž tematice pak jednotlivé delegace následující den předváděly ukázky lyžařské výuky na sněhu. Již pondělní dopoledne přineslo divákům nezapomenutelné zážitky z ukázek výcviku dětí v běhu na lyžích. Školní děti ze Štrby sice neznaly řeč své norské instruktorky, nicméně



Čestný prezident INTERSKI prof. S. Krukenhauser a čestný host X. kongresu INTERSKI Toni Seelos přihlížejí ukázkám v Areálu snů

rozuměly si s ní tak, že jejich ukázky nácvičku pohybu na běžkách přesně odpovídaly záměrům norské delegace a získaly si nadšený potlesk všech diváků. Pozorně sledovali diváci i následující ukázky výcviku běhu na lyžích, předváděné instruktory z Finska a NSR. Spolu se švédskou a zejména s československou delegací se delegace těchto zemí zasloužily o to, že X. kongres INTERSKI z hlediska obsahové náplně přinesl vhodně vyvážený program nejen z oblasti alpského, ale i severského lyžování. Jak velký zájem o plynulý pohyb na běžeckých lyžích v terénu má dnešní milovník lyžařského sportu, ukázal i středěční volný běh, organizovaný ve formě běžeckého závodu pro účastníky kongresu. Závodu se zúčastnilo na 200 lyžařů včetně prezidenta INTERSKI A. Odermatta, předsedy SÚV ČSTV prof. dr. Černušáka a desítek dalších významných představitelů lyžařského sportu z různých zemí.

Rozšířený a vzorně upravený svah — na závěr kongresu pojmenovaný „SVAH INTERSKI“ — se v průběhu kongresu stal místem, kde diváci mohli z bezprostřední blízkosti obdivovat vybroušenou techniku profesionálních lyžařských učitelů i amatérských cvičitelů i nápaditou režii ukázek jednotlivých delegací. Je u nás všeobecně známo, jak technicky perfektně a jednotně předvádějí lyžařské cviky rakouští nebo západoněmečtí instruktory. Co ovšem předvedl nestor rakouské lyžařské školy a čestný prezident INTERSKI prof. S. Krukenhauser s rakouskými dětmi, to přivedlo všechny diváky a odborníky k obdivnému aplausu. Nikoliv novinky z lyžařské techniky, ale především účelný a hravý způsob výcviku si získal pozornost a uznání přítomných lyžařských odborníků. Jak diferencovaně postupovat s různě vyspělými a pohybově nadanými zájemci o lyžařský sport, ukázali cvičitelé z NSR. Jejich nápad, postavit na svah pět typů lyžařů (od rekreaanta-začátečníka až po záka se zájmem o závodní lyžování) a ukázat diferencovaný způsob výcviku

ku, byl všemi velmi oceňován. U všech delegací byl patrný poctivý zájem o to, přinést kongresu dobrou ukázku úrovně lyžařské výuky v té které zemi a současně ukázat něco svého, originálního. A to nejen ve vlastní technice lyžování a lyžařské výuky, ale i třeba v drobnostech, jakými byl například harmonikový doprovod švýcarských lyžařů, skotský kilt jednoho z členů delegace Velké Británie nebo lyžařský hokej kanadské delegace.

Stálo by jistě za námahu, kdyby naši metodici sportovního lyžování pečlivě a podrobně rozebrali ukázky jednotlivých delegací a své práce zveřejnili v našem sport. tisku. Soudě podle počtu filmařů a fotografů na X. kongresu INTERSKI — i z řad čs. odborníků a diváků — lze očekávat, že fotografického materiálu k těmto pracím bude dostatek. Bylo by, podle mého názoru, velmi nespravedlivé vůči naší lyžařské rodině, kdyby se výsledkům a poznatkům kongresu, zejména na úseku lyžařské techniky a metodiky, nedostalo v brzké době co nejširší publicity. Také vystoupení lyžařských instruktorů z Itálie, Švýcarska, Francie, USA, Kanady, Španělska, Jugoslávie, Polské lidové republiky a početných delegací z Japonska si toho plně zaslouhují.

Československá socialistická republika byla na kongresu zastoupena početnou delegací, jejíž družstva předvedla ukázky ze všech lyžařských disciplín. Bylo by zbytečnou a nevhodnou skromností, kdyby se někdo bál použít při hodnocení našich lyžařů na X. kongresu INTERSKI naprosto pozitivních výrazů. Naopak, lze říci, že zejména československé ukázky výcviku běhu na lyžích za autorské přípravy a vedení dr. F. Chovance a ing. M. Chlouby, jak co do technické úrovně provedení, tak pokud jde o celkovou režii, vyznačující se nápaditostí a rychlým spádem, byly vysoko oceňovány všemi zahraničními odborníky a členy předsednictva INTERSKI a našly příznivý ohlas u všech diváků. Také naši cvičitelé sjezdového lyžování za vedení doc. M. Zálesáka a dr. Ga-

jera z FTVŠ Bratislava předvedli velmi zdařilé a rezičně dobře připravené ukázky lyžařského výcviku a dokázali tak, spolu s lyžaři Polské lidové republiky, že i v socialistickém táboře má alpské sportovní lyžování vysokou úroveň. Pověst Československa jako vyspělé lyžařské země potvrdily i sobotní ukázky z nácviku skoků, kterým předcházela velmi dobře připravená a autorem přednesená přednáška ústředního trenéra Svazu lyžování ČSTV Zdeňka Remsy.

Teoretická část kongresu byla velmi bohatá. V přednáškách se vystřídaly desítky zahraničních odborníků, kteří přednesli své názory na celou řadu odborných otázek. Přednášky, z nichž některé byly doprovázeny filmy a diapozitivy, byly denně sledovány četnými pozornými posluchači z řad zahraničních i československých zájemců. Teprve samotný průběh kongresu ukázal, jak náročný úkol byla příprava všech referátů, jejich překlady do tří kongresových jazyků a do jazyku země kongres pořádající, jejich napsání, rozmnožení a rychlá distribuce mezi účastníky kongresu. I tento úkol byl zásluhou obětavých členů organizačního výboru, za vedení pracovníka FTVŠ Praha dr. Jiřího Soukupa, a za pomoci externích odborných spolupracovníků úspěšně zvládnut.

O úspěch kongresu se velmi zasloužil i úsek telekomunikací; v celé oblasti Štrbského Plesa bylo možno televizně sledovat průběh kongresu, ukázky i přednášky, komentované v českém nebo slovenském jazyce. Nelze se nezmínit o hosteskách, které po celý týden doprovázely jednotlivé zahraniční delegace a účinně přispěly k hladkému a úspěšnému průběhu kongresu.

Dojmů a zážitků bylo velké množství, že by na ně nestačily všechny stránky tohoto časopisu. Vyvrcholením kongresu, zejména z diváckého hlediska, bylo bezesporu poslední kongresové dopoledne. Na tuto dobu připravili organizátoři kongresu velkou lyžařskou přehlídku, na které za režijního vedení zkušeného lyžařského odborníka z NSR E. Gattermanna se podíleli lyžaři všech účastnických zemí. Úvodní část přehlídky byla věnována ukázkám lyžařské techniky minulosti: na zcela původní lyžařské vý-

zbroji a oděni do dobových lyžařských obleků sjížděli — přesněji řečeno pokoušeli se sjíždět — po svahu INTERSKI lyžaři, aby divákům připomněli doby dávno minulé a současně dokumentovali rychlost technického pokroku. Obdivný potlesk vyvolal, mezi jinými, profesor Zrückenhauser, předvádějící starou Žďárského techniku jízdy s jednou holí, i slavný Toni Seelos, čestný host X. kongresu INTERSKI, který suverénním způsobem projel sestavu slalomových branek, známou „seelosku“. Od historických ukázek přehlídka velmi vtipně přecházela k ukázkám nejmodernější lyžařské techniky, lyžařské krasojízdy a akrobacie. Sólové i skupinové ukázky všech možných stylů jízdy se ve velkém tempu střídaly s ukázkami akrobatických skoků ze sněhového můstku, které divákům, zkušené lyžaře nevyjímaje, doslova braly dech; salto nazad nebo dvojité helikoptéra, kdy lyžař se ve skoku dvakrát otočí kolem své vertikální osy a po dopadu pokračuje v původním směru jízdy, je přece jen něco, co si ani ten nejvyspělejší lyžař nemůže jen tak dovolit.

Na závěr sobotní lyžařské přehlídky měli diváci, jichž se ten den sešlo kolem svahu INTERSKI téměř 40 tisíc, možnost seznámit se s jednou z posledních sportovních novinek, nazvanou „delta planning“ neboli létání na draku. Na třech pestrobarevných dracích o rozpětí asi 8 metrů předvedli západoněmečtí a američtí lyžaři, jak je možno se poměrně snadno vznést a letět několik centimetrů nad sněhovou pokrývkou nebo letět ve výši několika metrů a bezpečně opět přistát. Musí to být fantastický zážitek.

A poněvadž se jednalo o skutečný kongres, zasedaly všechny delegace členských států Mezinárodního svazu pro výuku lyžování v sobotu odpoledne na valném shromáždění, aby projednaly některé zásadní otázky INTERSKI, především statut této organizace, dále volbu nových orgánů — předsednictva a pracovních okruhů — a určily místo příštího kongresu. Za ČSSR byl do funkce revizora účtů INTERSKI zvolen pracovník FTVŠ Bratislava a člen předsednictva výboru Svazu lyžování ÚV ČSTV doc. dr. Miloš Zálešák, CSC. Po projevích několika kandidátů bylo za místo XI.

kongresu INTERSKI zvoleno Japonsko.

X. kongresu INTERSKI se zúčastnily delegace některých socialistických států, tedy kromě ČSSR i delegace Polské lidové republiky, Bulharské lidové republiky, Maďarské lidové republiky, skupina pozorovatelů z Německé demokratické republiky a delegace Soc. federativní republiky Jugoslávie. Při vzájemných setkáních představitelů těchto delegací hodnotili průběh a výsledky kongresu a shodli se na tom, že Mezinárodní svaz pro výuku lyžování — INTERSKI — se v současné době stal mezinárodní organizací, kde se stále více otevírá pole působnosti pro socialistické státy, a to nejen po stránce výměny sportovních technických zkušeností a konfrontace technického rozvoje výroby lyžařské výzbroje a výstroje, ale i z hlediska možností prosazování našich zájmů v oblasti tělovýchovy a sportu. Zástupci socialistických zemí došli k názoru, že bychom měli více využívat INTERSKI pro získávání praktických zkušeností, které během minulých let nashromáždily lyžařské organizace některých západních a severovýchodních států v oblasti metodiky výuky sportovního nezávodního lyžování.

Závěrem tedy: X. kongres INTERSKI na Štrbském Plesu se vydařil. Na tomto názoru se shodli všichni jeho účastníci včetně členů předsednictva INTERSKI i zástupců Mezinárodní lyžařské federaci FIS. Díky poctivé a dobré práci organizátorů se potvrdilo, že původní záměr Svazu lyžování ČSTV a jeho zástupců v INTERSKI uspořádat X. jubilejní kongres INTERSKI na Štrbském Plesu byl správný a opodstatněný. Pracovníci, kteří kongres organizovali, plně využili této příležitosti a znovu dokázali všem zahraničním účastníkům a hostům, že Československá socialistická republika je země nanejvýš pohostinnou, s vysokou úrovní sportovního prostředí, schopnou úspěšně zorganizovat velké a náročné mezinárodní sportovní akce. Bude-li tedy Československo kandidovat na uspořádání zimních olympijských her v roce 1984 — a o tom se bude rozhodovat v roce 1978 — pak X. kongres INTERSKI bude pro podporu této kandidatury jistě využít jako jeden z nejvýznamnějších argumentů.

Ing. VÁCLAV HUBIČKA

Sjezdová kombinace a její vyhodnocování

Kombinace vyhodnocujeme jak v klasice, tak ve sjezdovém sportu. V klasických disciplínách tvoří kombinace speciální disciplínu — závod sdružený, ve sjezdových disciplínách hovoříme v termínech pravidel lyžařských závodů o sjezdovém dvojboji nebo i trojboji. Klasickým dvojbojem ve sjezdovém sportu je kombinace sjezdu a slalomu, která před léty bývala velmi oblíbenou soutěží. Byla a dosud je reglementována speciálními předpisy a je známa pod názvem alpská kombinace. Při každé lyžařské kombinaci jde vždy o to, bodově vyhodnotit výsledky zpravidla dvou závodů ve speciálních disciplínách a prostým součtem bodů z obou disciplín vyhodnotit kombinaci. Obtížné je, aby vyhodnocení individuálních

disciplín bylo ve správné vzájemné relaci, aby jedna disciplína nebyla nadhodnocována na úkor disciplíny druhé. Ze zkušeností víme, že nerovnováha mezi závody, které kombinujeme, bývá nejčastěji zaviněna jejich rozdílnou obtížností. Může být způsobena i měřicími pomůckami, jimiž výkon závodníků vyhodnocujeme. Je obecně známo, že ve sdruženém závodě byla a je po dlouhá léta hledána cesta, jak v praxi prosadit zásadu přibližné rovnosti mezi během a skokem. Jaká je situace v tomto směru u sjezdové kombinace?

Při bodovém vyhodnocování sjezdových kombinací se stává, že závodník s větším úhrnným časovým zpožděním (sjezd + slalom) na vítěze se v klasifikaci kombinace objevuje před

závodníkem s menším úhrnným zpožděním. To se zdá být v rozporu s logikou a nepravděpodobné. Ale je tomu tak, jak možno vyčíst kupř. z letošních výsledků závodů Hahnenkamm v Kitzbühlu. Tam se Klammer v kombinaci zařadil na 3. místo před Švýcara Tresche, přestože úhrnně ztratil více času na vítěze nežli Švýcar, který byl klasifikován jako čtvrtý. Klammer vyhrál sjezd a ve slalomu měl zpoždění 6,47 vt., tedy úhrnné zpoždění 6,47 vt.; naproti tomu skončil Tresch ve sjezdu 2,69 vt. a ve slalomu 3,48 vt. za vítězem, jeho úhrnné zpoždění činilo 6,17 vt. Rozdíl mezi oběma úhrnnými zpožděními je 0,30 vt. ve prospěch Tresche.

Kdyby byl Klammer ztratil více času nežli Tresch v déle trvajícím závodě,



Jeden z nejlepších sjezdařů Světového poháru Ital Piero Gros v plné jízdě

dalo by se jeho zařazení v kombinaci snad pochopit. Bylo to však právě obráceně. Klammer měl větší zpoždění právě v kratším závodě, takže vyjádříme-li časová zpoždění obou závodníků v %, je postavení Tresche ještě příznivější.

TRESCH:	Sjezd	2,69 vt. na 2:03,22	= 2,18 % ztráty
	slalom	3,48 vt. na 111,35 vt.	= 3,13 % ztráty
	celková ztráta		5,31 %
KLAMMER:	Sjezd		0,00 % ztráty
	slalom	6,47 vt. na 111,35 vt.	= 5,81 % ztráty
	celková ztráta		5,81 %

Rozdíl 0,5 % ve prospěch Tresche.

Tak či onak počítáno, je postavení Tresche příznivější nežli postavení Klammera. Jak tedy lze vysvětlit, že Klammer byl v kombinaci zařazen na 3. místo a Tresch na čtvrté?

Otázka je zcela na místě, přestože výpočet bodů pro kombinaci a tím i přidělení bodů SP bylo provedeno v naprostém souladu s předpisy mezinárodního soutěžního řádu a pravidel Světového poháru.

Jak známo, jsou body pro kombinaci určeny výpočtovými tabulkami FIS, které vycházejí ze dvou zásad:

— čím delší čas vítěze v závodě, tím nižší jsou body za vteřinu zpoždění a obráceně. Příklad: ve sjezdu s časem vítěze 1:30 min. se podle příslušné tabulky 1 vteřina zpoždění hodnotí 7,7 bodu, s časem vítěze 2 min. 5,5 bodu;

— za daného času vítěze se při narůstajícím zpoždění bodová vteřinová hodnota snižuje. Příklad: Klammerův vítězný čas ve sjezdu činil 123,22 vt. Za prvou vteřinu zpoždění činí bodová hodnota 5,2 b., za druhou 5,0 b. a za třetí rovněž 5,0 b. Tresch tedy obdržel za zpoždění 2,69 vt. ve sjezdu $5,2 + 5,0 + 0,69 \times 5,0 = 13,65$ bodu.

Vysvětlení pro lepší pořadí Klammera v kombinaci spočívá v tom, že stupnice bodových hodnot ve výpočtových tabulkách pro sjezd a pro slalom nejsou souhlasné. Slalomová vteřina zpoždění je „trestána“ toliko 4,8 b., tedy méně nežli sjezdová vteřina zpoždění (5,2 b.). Také celá stupnice

pro narůstající vteřinová zpoždění uvedeného slalomu vykazuje nižší hodnoty nežli u sjezdu.

Klammerovo zpoždění 6,47 vt. na čas vítěze ve slalomu bylo ohodnoceno takto: $4,8 + 4,6 + 4,5 + 4,5 + 4,5 + 4,4 + 0,47 \times 4,4 = 29,368$ b. Tresch za své zpoždě-

ní 3,48 vt. byl ohodnocen $4,8 + 4,6 + 4,5 + 0,48 \times 4,5 = 16,06$ b.

Úhrnný počet bodů Tresche v kombinaci činil tedy $13,65 + 16,06 = 29,71$ b. Zdánlivá nespravedlnost se vyskytuje jen u kombinaci sestávajících ze slalomu na straně jedné a ze sjezdu nebo obřího slalomu či obou disciplín na straně druhé. To proto, že jen v těchto případech se body pro kombinaci vypočítávají za pomoci rozdílných hodnotových měřítek pro jednotlivou disciplínu.

Vysvětlení „záhady“ provedeného počtářského cvičení spočívá převážně v tom — i když to není zcela přesné

Po sjezdových šampionátech ČSSR

Sjezd se reprezentantům nevydařil

Mistrovství ČSSR ve sjezdových disciplínách se letos konalo v Harrachově (slalom a obří slalom) a v Rokytnici (sjezd). Jablonečtí pořadatelé se i přes veškerou snahu nezhostili svého úkolu na výbornou, pořádali totiž vrcholnou soutěž poprvé. Například chyběl rozhlas, který by informoval diváky nejen o situaci na trati, ale představil i naše nejlepší, kteří přece jen se začínají prosazovat mezi evropskou i světovou elitou.

Reprezentanti si vedli skutečně dobře, vyhráli podle očekávání většinu soutěží, jen mužům se ve sjezdu vůbec nedařilo. Harrachovské tratě nebyly ani nejlépe upraveny, rozhodně neodpovídaly vrcholné soutěži. Například ve slalomu i mezi brankami byly dost velké boule. V Harrachově totiž není k dispozici kvalitní ratriak na úpravu tratí. To v Rokytnici věnovali přípravě maximální péči, sjezdové tratě byly

— že sjezd prošel v posledním období několika let mnohem rychlejším vývojem nežli slalom. Uvážíme-li kupř., že traťový rekord sjezdu na Lauberhornu se během posledních pěti let snížil na 2:35 min., což představuje zrychlení o celých 25 vteřin, není třeba hledat další argumenty pro naše tvrzení. Rozdílné tempo vývoje ve sjezdu a ve slalomu muselo nutně porušit hodnotovou relaci, kterou autoři výpočtových tabulek před mnoha léty stanovili pro bodové vyhodnocování obou disciplín.

Tabulková komise FIS předloží kongresu návrh na zavedení nových výpočtových tabulek, tzv. tabulek PMG, zpracovaných v roce 1967 Angličany Parlettem, McLarenem a Gordonem na základě stanovené matematické formule pomocí počítače. Anglický lyžařský svaz tyto tabulky po léta užíval a zkoušel. Výsledek experimentu byl odborníky označen za velice povzbudivý. Ve srovnání s tabulkami dnes užívanými jsou tabulky PMG především přesnější. Další jejich nespornou výhodou je, že bodové vyhodnocení každého závodníka je možno provést okamžitě po jeho průjezdu cílem. Opouští tedy systém založený na vyhodnocování časových rozdílů mezi vítězem a jednotlivými závodníky. Nicméně ani PMG tabulky, ani žádné jiné vyhodnocovací pomůcky nebudou s to dospět k absolutní rovnováze v bodovém vyhodnocování sjezdu a slalomu. Teoreticky by bylo možné dospět k jakési optimální rovnováze mezi oběma závody v kombinaci jen v tom případě, kdyby na základě vítězného času ve sjezdu byl postaven rovnocenný slalom odpovídající tabulkám. Konkrétně, v případě Hahnenkammu by vítěznému času ve sjezdu 2:03,22 min. podle výpočtových tabulek odpovídal slalom s časem v rozmezí 100—107,9 vt. Tyto úvahy jsou však teoretické povahy a jejich realizace je neproveditelná. Je nutno respektovat skutečnost, že v lyžařském sportu, prováděném ve volné přírodě s měnícími se podmínkami na tratích a proměnlivými povětrnostními podmínkami, je příprava a provedení sjezdové kombinace se sjezdem a slalomem o přibližně stejné obtížnosti úkolem, z hlediska ryze technického, nadmíru obtížným. S obdobným stavem se museli smířit sdruženáři, musí jej vzít na vědomí i sjezdaři.

Dr. OTTO KULHÁNEK
předseda komise rozhodčích
VSL ČUV ČSTV

rovné jako stůl. Bohužel zase svým výškovým profilem a náročností byly poměrně snadné. Snad také proto slavili zejména mezi muži úspěch závodníci, s nimiž se na první místa nepočítalo. Bohumír Zeman k tomu řekl: „Trať v Rokytnici byla kdysi stavěna jako turistická. Na ní stačí dobře zaujmout sjezdový postoj a jet. Věřím, že na náročnější trati by bylo pořadí trochu jiné.“

Obří slalom mužů vyhrál naprosto přesvědčivě M. Sochor. Byl nejrychlejší v obou jízdách. Na zledovatělé trati ze 68 závodníků 32 nedokročilo a pět bylo diskvalifikováno. Soutěž v obřím slalomu žen se jela odpoledne, trať již nebyla tak zledovatělá.

Ve slalomu žen zvítězily mladé závodnice. Zlatou medaili si odnesla Šoltýsová, které bude letos šestnáct let, na druhý stupeň vítězů se postavila o rok mladší Zemanová.

Ve slalomu mužů zvítězil opět M. Sochor. Po prvním kole byl druhý, Zeman měl náskok 0,8 vteřiny. Zdálo se, že je rozhodnuto. Zeman: „Byl jsem psychicky uvolněný, ale možná že jsem příliš spoléhal na to, že Sochor pojede svoji obvyklou jízdu. Bojovat však znamenitě, snad ještě letos tak dobře slalom nejel a proto vyhrál zaslouženě.“

Závod ve sjezdu se jel za velmi nepříznivého počasí v Rokytnici. Hustě sněžilo a byla mlha, viditelnost minimální. Kdyby sjezdová trať byla technicky náročnější a rychlejší, jistě by soutěž nebyla odstartována. Sníh byl tupý a proto také hrálo svou roli mžákání. Zdálo se, že reprezentanti soutěží trochu podcenili a to se jim nevyplatilo. Zeman byl až 12., M. Sochor 20. a Heczko 24.

V soutěži žen se opět prosadila Šoltýsová, vyhrála i trojkombinaci a tím si vlastně zajistila účast v poslední části Evropského poháru.

Obří slalom mužů: 1. Miloslav Sochor (Dukla Liberec) 2:45,38 (1:20,93+1:24,45), 2. Ján Heczko (Dukla Banská Bystrica) 2:50,68 (1:23,35+1:27,33), 3. Josef Vala 2:51,89 (1:24,99+1:26,90), 4. Jaroslav Košťacký (oba Technika Brno) 2:52,01 (1:24,41+1:27,60), 5. Michal Šoltýs (Start Kežmarok) 2:52,32 (1:25,21+1:27,11), 6. Jiří Hoffman 2:52,90 (1:25,60+1:27,30), 7. Milan Švitorka (oba Dukla Liberec) 2:53,21 (1:24,86+1:28,35), 8. Karel Pančocha (Technika Brno) 2:54,95 (1:26,77+1:28,18), 9. František Kolín 2:55,49 (1:26,86+1:28,63), 10. Richard Kíč (Moslárny Brezno) 2:55,61 (1:27,48+1:28,13) a Petr Reitmayer (VST Košice) 2:55,61 (1:26,51+1:29,10), 12. Jiří Škampa (Technika Brno) 2:56,69, 13. Martin Weiner (Dukla Banská Bystrica) 2:57,29, 14. Zbyněk Reitmayer (Vysoké Tatry) 2:59,10, 15. Stanislav Kohoutek (VŠ Praha) 2:59,71, 16. Ján Garstka (Start Kežmarok) 2:59,97, 17. Eduard Ptáčník (Seba Tanvald) 3:01,39, 18. Jaroslav Vochvosta (Bižuterie Jablonec) 3:01,85, 19. Ota Šírek (LIAZ Jablonec) 3:01,91, 20. Jaroslav Hrynkiv (Bižuterie Liberec) 3:03,73. — Trať byla dlouhá 1300 m s výškovým rozdílem 250 m a 63 brankami. Startovalo 68 závodníků, 31 bylo klasifikováno.

Slalom mužů: 1. Miloslav Sochor 107,66 (55,93+51,73), 2. Bohumír Zeman (PF Hradec Králové) 108,28 (55,18+53,10), 3. Michal Šoltýs 109,95 (56,32+53,63), 4. Milan Pažout (VST Košice) 111,64 (57,00+54,64), 5. Josef Vala 112,16 (57,12+55,04), 6. Milan Švitorka 113,45 (58,91+54,54), 7. Luboš Místina (UK Bratislava) 114,11 (58,23+55,88), 8. Jiří Navrátil (Slavia Olomouc) 114,17 (57,99+56,18), 9. Stanislav Kohoutek 115,02 (58,13+56,89), 10. Svatopluk Mikuška (VŠ Praha) 115,44 (59,00+56,44), 11. Martin Vojtěch (Dukla Liberec) 116,99, 12. Ladislav Konštický (Technika Brno) 117,22, 13. Jaroslav Soumar (Dukla Banská Bystrica) 117,42, 14. Vladimír Braun (Spartak Rokytnice) 118,00, 15. Jaroslav Máša (VŠ Praha) 118,96. — Trať byla dlouhá 570 m s výškovým rozdílem 125 m. V prvním kole bylo 68, ve druhém 64 branek. Startovalo 63 slalomářů, z nichž 20 bylo klasifikováno.

Sjezd mužů: 1. Josef Vala 1:51,46, 2. Mojmír Menec (Technika Brno) 1:52,41,

3. Bořivoj Sedivec (VŠ Praha) 1:52,48, 4. Jiří Hoffman 1:52,54, 5. Svatopluk Mikuška 1:53,04, 6. Jiří Škampa (Technika Brno) 1:53,13, 7. Ivan Sochor (Dukla Liberec) 1:53,14, 8. Bohumír Soukup (Bižuterie Jablonec) 1:53,60, 9. Milan Pažout 1:53,74, 10. Martin Vojtěch 1:54,15, 11. Jiří Navrátil 1:54,39, 12. Bohumír Zeman 1:54,40, 13. Luboš Hrbek (Technika Brno) 1:54,80, 14. Jiří Šperka (TJ Gottwaldov) 1:54,83, 15. Aleš Hendrych (Dukla Liberec) a Ladislav Konštický oba 1:55,57, 17. Jaroslav Máša 1:56,09, 18. Milan Medla (UK Bratislava) 1:56,23, 19. Ján Garstka 1:56,52, 20. Miloslav Sochor 1:56,58. — Trať byla dlouhá 2400 m s výškovým rozdílem 620 m. Startovalo 86 sjezdařů, 83 bylo klasifikováno.

Trojkombovace mužů: 1. Miloslav Sochor 27,824, 2. Josef Vala 47,887, 3. Michal Šoltýs 74,423, 4. Milan Švitorka 92,865, 5. Ladislav Konštický 94,479, 6. Jiří Škampa 106,418, 7. Stanislav Kohoutek 121,559, 8. Petr Kakeš 168,466, 9. Vladimír Pršala (všichni tři VŠ Praha) 208,721.

Obří slalom žen: 1. Dagmar Kuzmanová 1:27,03, 2. Soňa Kuzmanová (obě UK Bratislava) 1:29,51, 3. Jana Šoltýsová (Start Kežmarok) 1:29,93, 4. Zuzana Sosvaldová (VŠ Praha) 1:30,44, 5. Jana Zemanová (PF Hradec Králové), 6. Alena Uhrová (PF Hradec Králové) 1:31,78, 7. Pavla Walachová (TJ Gottwaldov) 1:31,80, 8. Zdena Suržinová (Vysoké Tatry) 1:31,81, 9. Taťána Navrátková (TŽ Třinec) 1:32,04, 10. Katka Zibrinová (RH Banská Bystrica) 1:32,08, 11. Marie Šebestová (UK Bratislava) 1:32,45, 12. Dana Dvořáková (RH Banská Bystrica) a Vítězslava Raclavská (Technika Brno) obě 1:33,05, 14. Ilona Pičmanová (LIAZ Jablonec) 1:33,21, 15. Radka Šváblová (VŠ Praha) 1:33,37, 16. Iveta Harvanová (Vysoké Tatry) 1:34,12, 17. Zdena Šúvdová (LIAZ Jablonec) 1:34,49, 18. Liběna Sigmundová (Slavia Olomouc) 1:34,64, 19. Hana Kůtková (RH Banská Bystrica) 1:35,57, 20. Dana Krajiňáková (VST Košice) 1:35,57. — Trať byla dlouhá 1300 m s výškovým rozdílem 250 m a 55 brankami. Startovalo 57 žen, 45 bylo klasifikováno.

Slalom žen: 1. Jana Šoltýsová 113,92 (59,30+54,62), 2. Jana Zemanová 115,99 (60,08+55,91), 3. Radka Šváblová 117,92 (62,19+55,73), 4. Taťána Navrátková 118,26 (63,01+55,25), 5. Jana Donovalová (RH Banská Bystrica) 121,45 (64,10+57,35), 6. Ilona Pičmanová 122,07 (63,59+58,48), 7. Vítězslava Raclavská 122,21 (65,48+56,73), 8. Dana Dvořáková 122,40 (64,98+57,42), 9. Marie Šebestová 122,88 (65,52+57,36), 10. Milena Janoušková (Ještěd Liberec) 124,29 (65,73+58,56), 11. Katka Zibrinová 127,15, 12. Eva Kupčová (VSD Žilina) 128,28, 13. Silvia Dufferová (VST Košice) 128,34, 14. Viera Pucherová (UK Bratislava) 132,76, 15. Věra Šúvdová (Technika Brno). — Trať měřila 570 m, měla výškový rozdíl 125 m. V prvním kole bylo 61, ve druhém 58 branek. Startovalo 35 závodnic, 18 bylo klasifikováno.

Sjezd žen: 1. Jana Šoltýsová 1:57,11, 2. Dagmar Kuzmanová 1:57,91, 3. Vítězslava Raclavská 1:58,19, 4. Věra Brixiová (LIAZ Jablonec) 1:58,66, 5. Marie Šebestová 1:59,33, 6. Radka Šváblová 1:59,55, 7. Alena Uhrová 2:00,20, 8. Taťána Navrátková 2:00,44, 9. Ilona Pičmanová 2:00,73, 10. Soňa Kuzmanová 2:00,93, 11. Pavla Walachová 2:00,95, 12. Věra Šúvdová 2:01,08, 13. Zuzana Sosvaldová 2:01,22, 14. Zdena Suržinová 2:01,39, 15. Olga Charvátová (TJ Gottwaldov) 2:01,51, 16. Liběna Sigmundová 2:02,18, 17. Radka Menšíková (VŠ Praha) 2:02,94, 18. Dana Urbanská (VST Košice) 2:03,42, 19. Jana Zemanová 2:03,70, 20. Dana Kupčová 2:04,16. — Sjezdová trať měřila 2450 m a měla výškový rozdíl 600 m. Startovalo 56 sjezdařek, 53 bylo klasifikováno.

Trojkombovace žen: 1. Jana Šoltýsová 21,880, 2. Jana Zemanová 73,305, 3. Taťána Navrátková 73,681, 4. Radka Šváblová 76,588, 5. Vítězslava Raclavská 86,395, 6. Marie Šebestová 91,106, 7. Ilona Pičmanová 99,895, 8. Katka Zibrinová 140,791, 9. Dana Dvořáková 148,724, 10. Jana Donovalová 154,362.

XX. Velká cena Slovenska

Zúročme výborné výsledky

Máme u nás niekoľko lyžiarskych podujatí, čo svojim významom už dávnejšie prekročili rámec ČSSR. Jedným z nich je Velká cena Slovenska v zjazdovom lyžovaní vo Vysokých Tatrách, ktorá v priebehu svojich dvadsiatich ročníkov prispela nielen k posilneniu tohto športu v našej vlasti, ale najmä v posledných rokoch patrí medzi významné medzinárodné pretek. Jej zaradenie do kalendára FIS nie je náhodné. V celom doterajšom priebehu je vysoko hodnotená tak z hľadiska športovej úrovne, ako aj po stránke technickej a organizačnej i spoločenskej. Jej organizátori už neraz prešli „ohňom“, v ktorom sa vylavili ich schopnosti v rýdzi kov. Spomeňme si len minuloročné finále Svetového pohára, za ktoré si vyslúžili jednotku.

Nebolo tomu inak ani tentoraz na jubilejnom XX. ročníku v dňoch 21.—23. februára 1975. Zaradenie do Európskeho pohára žien v zjazdovom lyžovaní dalo pretekom potrebný punc, no súčasne aj zvyšovalo nároky na kvalitu práce. Ak k tomu pridáme starosti spojené s nedostatkom snehu, musíme už v úvode poďakovať všetkým, čo sa zaslúžili o úspešný priebeh podujatia. Hádám fakt, že sa konalo v roku osláv 30. výročia oslobodenia Československa, ešte zvýraznil úsilie organizátorov. Tento ročník pretekov bol ďalším príspevkom k dobremu chýru nášho lyžovania vo svete. Úspech je podmienený podporou, ktorej sa našej telovýchove dostáva zo strany straníckych a štátnych orgánov. To, že FIS poveruje našich lyžiarov usporiadaním vrcholných súťaží, akými sú Svetový a Európsky pohár, je v prvom rade uznanie a vysoké ocenenie našej socialistickej telovýchovy. Nikomu nič iné neostáva. Fakticky hovoria najlepšie a tie sú jednoznačne v náš prospech. Povedal to veľmi otvorene na tohtoročnej Veľkej cene Slovenska technický delegát FIS Heinrich Pachler z Rakúska, ktorý dobre pozná naše podmienky. „Som milo prekvapený podstatným vzostupom výkonnosti československých reprezentantiek. Zrazu sa objavilo niekoľko vynikajúcich mladých dievčat, schopných konkurovať aj tým najlepším na svete. Po organizačnej stránke patria vaši funkcionári k tým, čo vedia aj za podmienok na prvý pohľad beznadziejných vytvoriť skvelé prostredie, vynikajúce trate, vyhovujúce aj najnáročnejším požiadavkám, rovnako ako zabezpečiť bezchybný priebeh súťaže. A verte mi, že toto nehorvím zo zdvorilosti, skôr s pocitom závidia, lebo ani v tzv. tradičných lyžiarskych krajinách si často nevedia poradiť s problémami.“

Uznanie nás iste teší. No pri všetkej skromnosti si myslím, že je namieste. Čosi už vieme, neraz sme to dokázali, a tak kredit je vysoký aj u tých, čo nie vždy v minulosti nám žičili. Neostalo im iné ako uznať schop-

nosti našich ľudí a možnosti nášho systému aj v takej oblasti športovej činnosti, ktorú dlho považovali za svoju doménu. A povedzme si otvorene, len socialistický systém umožňuje taký široký záber pri organizovaní veľkých medzinárodných podujatí. Ešte pred niekoľkými rokmi bola podstatne iná situácia. Neboli vzácné prípady, keď sme s akousi zbožnou úctou hľadeli na pretekárov z alpských krajín, keď sme až s priveľkým rešpektom prijímali „pokyny“ expertov. Dnes ich vítame s úctou, ako vzácnych hostí, ale súčasne s vedomím vlastnej sily a schopností.

Naviac nás teší, že už nielen po organizátorskej stránke, ale aj po stránke výkonnostnej sme sa zaradili medzi najlepších. Heinrich Pachler je prevkapaný výkonnosťou našich dievčat. Avšak tí, čo pravidelne sledujú systematickú, húževnatú a dennú prácu s lyžiarskou mláďou v našich oddieloch, na školách, v strediskách, čo poznajú niekoľkoročnú cieľavedomú prácu s reprezentačným družstvom žien ČSSR, tí už tak prevkapaní nie sú. Výsledky museli prísť! Dnes jedno-ducho máme v ženskom zjazdovom lyžovaní družstvo výkonnosťne na vysokej úrovni, družstvo, v ktorom si „šliapu na päty“. Časy, keď sme mali dve-tri dobré pretekárky a potom veľký odstup, tie sú už preč. Preto si dnes môže tréner reprezentácie dovoliť vydať príkaz: Všetky idete naplno! Keď jedna vypadne, sú tu ďalšie, niektoje to vyjde. A to je systém, na akom stavajú všetky lyžiarsky vyspelé krajiny. V zjazdovom lyžovaní sa neuplatní opatrnosť, každý pretekár musí vydať zo seba všetko, čo vie. A naše dievčatá z reprezentácie vedú naozaj veľa. Dokázali to na Veľkej cene Slovenska a dokazujú to aj v ďalšom priebehu Európskeho pohára.

Anna Droppová svoje víťazstvo v obrovskom slalome získala imponujúcim spôsobom. Na 1550 m dlhej trati z Lomnického sedla s prevýšením 440 m prešla 55 náročných bránok, vytýčených Mišom Šoltýsovi, brilantne, s absolútnou istotou. Išla vždy priamo na bránku, v úzkom oblúku, bez zakolísania. Neurobila chybičku ani v rozhodujúcej strednej časti trate, kde po sérii vertikálne postavených bránok, „okorenených“ nerovnosťou terénu, bolo treba uplatniť vysoko náročnú techniku pri zvládnutí oblúka v niekoľkých bráňkach postavených do vrstevnice. Tu skončila nejedna známa pretekárka, nevynímajme ani Pamelu Behrovú z NSR či vedúcu pretekárku súťaže o Európsky pohár M. Mathisovú z Rakúska. Žiaľ, na tento „chyták“ doplatila aj naša Dáša Kuzmanová. Zarezenie hrany a bolo po nádejach. Napriek tomu, že preteky nedokončila, jej jazda ostane trvalo zafixovaná v našej pamäti. To preto, lebo predviedla v prvej, najťažšej polovici trate majstrovský výkon. Vystrelila zo štartu takým tempom, že to bralo dych súperkám. Ale aj tréneri ostali prevkapaní a otázky: Kto je to dievča? Tá fantastická zjazdárka je z ČSSR? — sa len sypali. Mala najlepší medzičas, lepší skoro o 2 sekundy od vedúcej pretekárky Droppovej. Na jej jazde bolo badať, že je vedená ohromnou túžbou po víťazstve, že na lyžiach stojí niekto, kto čosi vie. Pre-



Anna Droppová zvíťazila v obřím slalomu o Velkou cenu Slovenska

to si Dáša zaslúhuje plné uznanie. Ukázala bojovné srdce a odvahu. Pochváliť však musíme aj naše ostatné dievčatá. Najmä trojnásobnú majsterku ČSSR Janu Šoltýsovú. Po zakolísaní v záľudnej strednej časti trate obrovského slalomu si vedela poradiť a bez zaváhania volila tú najlepšiu techniku jazdy, aby stratu dohala. Dovolila si, ako jedna z mála pretekárov, získavať čas odšliapávaním do bránok v najväčšej rýchlosti. Jej nespierana bojovnosť jej vynesla 15. miesto. A to je, v takých silne obsadených pretekoch, nespierne úspech. Popri týchto troch najlepších máme v družstve mladé súce dievčatá, ktoré sú schopné vývoja. Napríklad Walachová, Harvanová, Brixiová, Zibrínová, Zemanová, Charvátová, ktorých vek sa pohybuje od 13 do 16 rokov, sú už schopné konkurovať zálohám alpských krajín. V obrovskom slalome štartovalo 76 pretekárov, dokončilo ich 58.

Úspech našich fariieb v obrovskom slalome bol úvodom k slalomu, ktorý sa išiel na Hrebienku druhý deň po „obraku“. Keď hlásateľ oznámil v prvom kole čas Jany Šoltýsovej, štartujúcej s číslom 24, čas lepší o viac ako sekundu od dovtedy vedúcej pretekárky Pamely Behrovej, nik nechcel tejto správe veriť. To nie je možné! A predsa! Všetko je v poriadku, meriaca zariadenie, omyl vylúčený, kontrola potvrdila výsledok. To bola bomba! Naši hostia len krútili hlavami, čosi také nečakali. Veď o akejsi Šoltýsovej dosiaľ nepočuli. Ale tentoraz si jej meno iste zapamätajú. Štýl jazdy Janky je zaujímavý. V širokej stoppe, ale bezpečne, zrýchľuje v bráňkach, nemá nič spoločné s typicky „ženskou“ jazdou. Je dravá, bojovná a volí vždy najvýhodnejší oblúk. S netrepezlivosťou sme čakali na štart Dáši Kuzmanovej po jej výbornej jazde v obrovskom slalome. Vedeli sme, že je v dobrej forme, a ona to v slalome aj potvrdila. Išla so štartovým číslom 43, keď už bola trať poznačená aj slnkom, ale Dáša na nič nedbala. Bez rešpektu k menám veľkých súperiek si išla po svoj čas. A ten bol naozaj vynikajúci. Zaradil ju na štvrté miesto v prvom kole.

Dve pretekárky v prvej desiatke. k tomu ešte Soňa Kuzmanová jediná, Droppová dvanásť, Zemanová devätnásť. Viac, ako čakal aj ten najväčší optimista. Ak k tomu ešte

pridáme spôsob, akým si naše dievčatá svoje postavenie získali, potom klobúk dole. Ich jazdy boli plné bojovnosti, nenechali sa „vozíť“, išli cieľavedome za dobrým výsledkom. To je čosi nové v ich jazdách, čo sme v minulosti často nevideli. Hádám výborná konkurencia v družstve, vedomie, že je tu niekoľko výborných zjazdárov schopných kedykoľvek nastúpiť do reprezentácie, to všetko sú faktory, ktoré vedú k zvýšenej výkonnosti. A nezabudnime dodať, že aj vynikajúca atmosféra pretekov, kamarátsky duch v družstve, vzájomná spolupráca trénerov a dobrá nálada, to všetko priaznivo ovplyvňuje výkon. Prvé kolo slalomu na dobre pripravenej trati dlhej 433 m s prevýšením vytýčil L. Zacharides. Postavil 50 náročných bránok s niekoľkými variantmi prudkých prechodov do vrstevnice.

V druhom kole, v ktorom Francúz Alain Reppelin postavil 52 bránok viac do spädnice, sa predsa len uplatnila väčšia pretekárska skúsenosť P. Behrovej. Štarty v Svetovom pohári jej nespierne doniesli veľa z abecedy zjazdového lyžovania. Dosiahla druhý najlepší čas v druhom kole, a to jej stačilo na celkové víťazstvo. Výbornú jazdu ukázala Rakúšanka Marlies Mathisová. Mala najlepší čas kola a z piateho miesta po prvom kole postúpila na celkové druhé poradie. Jana Šoltýsová mala v tomto kole siedmy čas, ktorý znamenal výborné tretie miesto. Zdá sa však, že trochu zaváhala. Mala na viac a zrejme nechcela riskovať. Dobré si viedla aj v tomto kole Dáša Kuzmanová a jej piate miesto je viac ako lichotivé. Soňa Kuzmanová klesla z 11. na 12. miesto, keď sa do prvej desiatky vkĺnila Rakúšanka I. Eberlová, šestnásť na prvom kole. Droppová mala v druhom kole menšiu kolíziu a klesla na 20. miesto. Treba však dodať, že preteky napriek tomu nevzdala a bojovala aj po zakolísaní.

Pochváliť treba aj 13-ročnú O. Charvátovú na 25., J. Zemanovú na 27., P. Walachovú na 28. a Y. Harvanovú na 29. mieste. Všetky išli obe kolá ťažkého slalomu v dobrom priemere a ukázali čosi z registra svojho slalomárskeho umenia. Sú nepochybne veľkou nádejou čs. ženského zjazdárskeho lyžovania. V slalome štartovalo dovedna 76 pretekárov, preteky dokončilo 32 dievčat.

Vyrovnané výsledky J. Šoltýsovej v obrovskom slalome aj v slalome jej vynesli zaslúžené prvenstvo v dvojkombinácii. Získala 27,66 b. a Veľkú cenu Slovenska na XX. ročníku pred Rakúšankou L. Sölknerovou s 31,41 a ďalšou reprezentantkou ČSSR A. Droppovou s 35,52 b.

Záverem treba pripomenúť, že Veľká cena Slovenska potvrdila veľký výkonnostný vzostup nášho ženského zjazdového lyžovania. Dnes už k nám nik nemôže chodiť s pocitom nadradenosti, podceňovať naše reprezentantky. Treba s nimi rátať v medzinárodnom meradle. Získali rešpekt zjazdárskeho sveta, a to je, popri bezchybnej organizácii podujatia, jeden z najradostnejších poznatkov. Je teraz na nás, aby sme zúročili tieto výsledky našich dievčat, prácu nadšených organizátorov, technikov, rozhodcov, našich ľudí pre ďalší rozvoj československého lyžovania. **KAROL EIDLPEŠ**

Mazání běžeckých lyží a jeho prověrka před závodem

Povrch sněhové pokrývky podléhá neustále změnám. Mění se struktura sněhových krystalů a v závislosti na teplotě i jejich tvrdost. Mazání lyží nám slouží k tomu, aby povrch skluznice byl co nejlépe přizpůsoben současnému stavu sněhové pokrývky. Toto přizpůsobení má zajistit nejvyšší efektivnost pohybu lyžaře.

U závodního lyžování je mazání současně s kvalitou výzbroje jedním z rozhodujících činitelů, kteří se spolu s technikou i taktickou dokonalostí podílejí na dosaženém sportovním výkonu. Mazání chrání skluznice před mechanickým opotřebením a zabraňuje vnikání vody do dřevěných skluznic lyží.

ZÁKLADNÍ FYZIKÁLNÍ PRINCIPY MAZÁNÍ LYŽÍ

Při jízdě na lyžích je rozhodující jakost skgluzu. Podmínky skgluzu jsou dány třením mezi skluznicemi lyží a sněhem ve stopě, a to jednak při skgluzu, a jednak při zastavení lyží. Tření ve skgluzu závisí na brzdící síle, která při přímočarém pohybu lyže vzniká třením skluznice a boku lyže o sněh a odporem sněhu působícím proti ohbí špičky. Při zastavení lyže působí tření v klidu, kdy se síla projevuje spojením skluznice se sněhem. Toto spojení je nezbytné pro odraz umožňující pohyb vpřed při chůzi a běhu.

Rozhodující pro velikost tření je (při neměnní se váze lyžaře) hodnota koeficientu tření. Koeficient tření závisí:

- a) na teplotě a druhu sněhu
- b) na použitém mazání
- c) na kvalitě lyží a materiálu skluznice

VLIV TEPLoty A DRUH U SNĚHU NA HODNOTU KOEFICIENTU TŘENÍ

Při dobrých skgluzových podmínkách je koeficient tření při zastavení lyže několikrát větší než při jejím skgluzu. To se vysvětluje tím, že při zastavení lyže nastává suché spojení lyže se sněhem, kdežto při skgluzu je tření zmenšeno mikroskopickou vrstvou vody.

Výsledky měření bylo zjištěno, že při skgluzu se jednak tlakem a jednak třením vyvíjí teplo. Vzniklé teplo stačí až do teploty -20°C tavit sněhové krystalky nebo jejich povrch. Tím se v místech styku skluznice se sněhem vytváří mikroskopická vrstva vody. Působením hydrofobních, tj. nesmáčivých a vodu odpuzujících látek, které lyžařské vosky obsahují, nevytváří se spojitá vodní vrstva, ale oddělené vodní kapičky kulového tvaru. Čím je vrstva vody tenčí (několik mikronů), tím dokonalejší je skgluz.

Váhou lyžaře se sněh stlačuje do stopy. Mikroskopická vrstva vody, která se vytvořila následkem tření na jejím povrchu, znovu ihned zmrzne a vytváří téměř neviditelný ledový povlak. Tento zjev zvaný *regelace* (znovumrzání) umožňuje dalším lyžařům jedoucím po této stopě rychlejší jízdu, která je výsledkem zmenšeného tření snížením drsnosti třoucích se ploch. Při teplotách nižších než -20°C nestačí třením vzniklé množství tepla k natavení sněhových krystalů. Nastává tření dvou tuhých těles, lyže a skgluz se zhoršuje. Velikost tohoto makromolekulárního tření závisí na usměrnění a jakosti molekul povrchové vrstvy vosku. Zlepšení hladkosti třoucích se ploch má za těchto podmínek vliv na zlepšení skgluzu. Proto je nutno při této teplotě rozleštit tenkou vrstvou vosku do vysokého lesku. Velikost tření lyže, a tím i jakost skgluzu lze zvýšit či snížit mazáním. Pro jakost skgluzu je rozhodující tvrdost zvoleného vosku a způsob jeho nanesení na skluznici.

Tvar a tvrdost sněhových krystalů je ovlivňována především teplotou. Použijeme-li k mazání vosk, jehož tvrdost odpovídá tvrdosti sněhových krystalů nebo je větší, probíhá skgluz takto:

Skluznice lyže opatřená tenkou a hladkou vrstvou vosku stlačuje při pohybu vpřed ohbím lyže krystaly sněhu a ohýbá je ve směru pohybu. Protože tvrdost sněhu a mazání je stejná, nemohou krystaly sněhu narušit hladký povrch mazání. Vidíme tedy, že hladké a tvrdé mazání, nanesené v tenké vrstvě, snižuje současně s působením mikroskopické vrstvy vodních kapek tření a vytváří při sjezdu dobré skgluzové podmínky.

Naneseme-li naopak silnější vrstvu vosku nebo zvolíme-li vosk měkkší, krystaly sněhu zdrsňují skluznici lyže, zvyšuje se tření a zhoršují se skgluzové podmínky. Při za-

stavení se mikroskopická vodní vrstva nevytvoří a lyže vykoná malý pohyb vzad. Krystaly sněhu jsou drsnější plochou skluznice ohýbány zpět a postaveny proti ploše skluznice. Současně se následkem zatížení lyže zvyšuje tlak na skluznici a krystaly sněhu ještě zdrsňují povrch skluznice. Tím se velikost tření v klidu zvyší. Vidíme tedy, že použití vosku v silnější, popř. nenaleštěné vrstvě nebo nanesení měkkého vosku zhoršuje skgluz při sjezdu, ale je při zastavení lyže nezbytnou podmínkou odrazu.

VOLBA MAZÁNÍ

Pro volbu správného vosku k namazání lyží je nutno brát v úvahu řadu činitelů. Kromě teploty vzduchu, sněhu, druhu sněhu je to ještě váha závodníka, jeho technická vyspělost, konstrukce lyže, profil a délka tratě, druh vosku a v neposlední řadě i technika mazání.

1. Váha závodníka ovlivňuje velikost tření v klidu, které je rozhodující pro správné provedení odrazu.
2. Konstrukce lyže, její pružnost a nosnost, která podmiňuje správné rozložení měrného tlaku na podložku za jízdy, ovlivňuje kvalitu skgluzu i odrazu.
3. Podle profilu a délky tratě volíme způsob mazání, vrstvu a druh vosku, protože všechny vosky podléhají více nebo méně mechanickému opotřebení.
4. Nesmíme zapomínat, že velice důležitá je technická vyspělost závodníka, jeho správné provádění odrazu i skgluzu.
5. Volba vosku — protože máme k dispozici řadu značek vosků naší i zahraniční výroby, je důležité zvolit vosk, který je nevhodnější jak rozsahem a trvanlivostí, tak přilnavostí a skgluzností na daný sněh a kvalitu stopy.
6. Techniku mazání volíme po uvážení všech těchto činitelů, s přihlédnutím k měnící se teplotě a kvalitě stopy. V případech, že nejsou podmínky po celé trati stejné, vyhodnotíme nejefektivnější způsob, vyhovující pro většinu tratě nebo pro nejdůležitější úseky. Velmi důležité při volbě správného mazání jsou nejen teoretické znalosti, ale hlavně zkušenosti trenéra nebo závodníka.

PROVĚRKA MAZÁNÍ

Prověrku mazání je nutno rozdělit do dvou částí: vyhodnocení skgluzu
vyhodnocení stoupavosti

Vyhodnocení skgluzu

Při hodnocení skgluzu používáme srovnání s jinými závodníky (je-li to možné), můžeme namazat více párů lyží a porovnat, případně namazat každou lyži jinak. Také subjektivní pocit závodníka je nutné brát v úvahu. Snaha po objektivním posouzení skgluzu vedla ke konstrukci různých



Mladé běžkyňe Navety Jablonce při vyjíždě do terénu

zařízení, jako vystřelování zatížené lyže pomocí pružiny aj. Tato metoda se příliš nerozšířila z důvodů nákladnosti a časové náročnosti.

Vyhodnocení stoupavosti

Tomuto problému je nutné věnovat zvýšenou pozornost. Na úseku stopy, která odpovídá podmínkám na převážně většině trati, si každý závodník sám vyzkouší možnost provedení správného odrazu.

Při zkoušení skluzu a stoupavosti platí zásada, že použitý vosk musí být správně rozježděn a přizpůsobený podmínkám při závodě.

Dalo by se říci, že lze vyhodnotit celkem přesně správné namazání na jetí i na stoupání. Ale ne vždy použitý vosk mající nejlepší vlastnosti na stoupání je zároveň nejrychlejší ve skluzu. Proto je důležité při volbě mazání na stoupání použít zároveň i značku, tvrdost i vrstvu vosku s nejlépeším skluzem.

Shrneme-li všechny tyto poznatky získané při závodech i trénincích, je možné považovat v současné době za nejprávnější tuto metodiku prověrky mazání před závodem:

1. Teplotu vzduchu a sněhu měřit před závodem v intervalech nejméně 3×30 minut, abychom zjistili, zda teplota má stoupající nebo klesající tendenci. Z této gradace lze odhadem s dostatečnou přesností určit teplotu při závodě. Současně je však nutno znát i předpověď počasí z meteorologických hlášení, aby nás nepřekvapila změna při zá-

vodě. Je nutno přihlížet ovšem i k místním specifickým povětrnostním podmínkám v dané oblasti.

2. Při stálém počasí si můžeme udělat určité závěry o kvalitě namazaných lyží z předchozího dne.

3. Vyhodnocení skluzu namazaných lyží: zvolíme v terénu úsek trati s mírným klesáním končícím rovinou a porovnáme několik párů různě namazaných lyží. Toto srovnání je možno provádět ve skupině, avšak neobjektivnější je porovnání jedním závodníkem. Kupříkladu československé reprezentantky zkoušely na OH v Sapporu tímto způsobem až 10 párů lyží. Při tomto způsobu vyhodnocujeme vzdálenost, kam dojde závodník bez odrazu.

4. Po vyhodnocení skluzu zkusíme na daném úseku trati v opačném směru stoupavost. Závodník jede tento úsek středním tempem bez pomoci holí a sám musí posoudit, je-li schopen na takto namazaných lyžích absolvovat závod.

ZÁVĚREM

Na problém mazání a prověrku lyží existuje celá řada názorů. Někteří trenéři dávají přednost předání kompletně namazaných a vyzkoušených lyží závodníkovi, jiní se závodníkem spolupracují a někteří vidí nutnost ponechat konečné slovo závodníkovi. Toto všechno je ovlivňováno psychologií závodníka, což hraje mnohdy také důležitou roli.

VÁCLAV PŮBAL

trenér lyžařské základny ve Strakonicih

Taktická příprava sjezdaře před závody

Dá se ve sjezdových disciplínách hovořit o taktice před závody, o stanovení taktiky jízdy, která trvá několik sekund a maximálně 2–3 minuty? Při pohledu na vyspělé, špičkové závodníky se zdá, že taktika je jednoduchá, jet na maximum možností, maximální rychlostí, při níž již prakticky není možnost „uvažovat“ a pohyby se dějí více méně automaticky (především ve slalomu). Je možné vůbec nějak ovlivnit způsob jízdy? Ale zde právě vystupuje do popředí nutnost správně zvolené taktiky již před startem, nutnost takticky správného počínání a přípravy na možné podmínky jízdy, neboť samotný závod probíhá vždy za jiných podmínek jak sněhových, klimatických, tak se liší terénem a stavbou trati.

Je nutné si uvědomit, co vlastně pod pojmem taktika rozumíme a které faktory vystupují do popředí při sjezdo-

vých disciplínách. Je třeba zdůraznit, že základním předpokladem pro úspěšné zvládnutí taktiky je dokonalá tělesná, technická a psychická příprava závodníka. Bez určité výše těchto předpokladů není možno s úspěchem zvládnout náročnost trati, měnících se podmínek, zachování rovnováhy a orientace. Taktické jednání můžeme rozdělit do tří fází (Choutka, Vaněk):

- vnímání a analýza situace
- myšlenkové řešení úkolu
- motorická realizace úkolu

Jak již bylo řečeno, lze v samotném závodě již těžko provádět v hlubší míře rozbor situace a je tedy nutno již před startem provést analýzu co možná nejvíce faktorů, které se mohou vyskytnout během závodu. Které faktory mají vliv na určení taktiky ve sjezdových disciplínách? Jsou to především (Příbramský):

- technická, tělesná a psychická připravenost
- momentální psychický stav
- síla soupeřů
- klimatické podmínky, ve kterých probíhá závod
- důležitost závodů, ke kterým závodník přistupuje
- volba mazání — prostudování a zapamatování tratě

Chtěl bych si především všimnout těch faktorů, které jsou přímo ovlivnitelné činností těsně před závody. Síla soupeřů, klimatické podmínky, důležitost závodů a technická, tělesná a psychická připravenost jsou již dány nebo se dají ovlivnit během dlouhodobé přípravy, ale nedají se již ovlivnit během krátké doby před startem.

Při lyžařských závodech (nejen sjezdových) hraje velkou roli správná volba mazání. Často zde hraje roli náhoda, „šťastná ruka“, ale i to se dá důkladnou přípravou a systematickým přístupem zmenšit na minimum. Na mistrovství ČSSR ve Spindlerově Mlýně dosáhlo družstvo Techniky Brno, jehož jsem členem, dobrých výsledků ve sjezdu, na poměrně lehké trati, kde velkou roli sehrálo právě dobré mazání. Chtěl bych uvést příčiny, proč tomu tak bylo. Otázce mazání je důležité věnovat pozornost již během tréninku. Sledovat a zaznamenávat během přípravy, který vosk na jakém sněhu jede, a dělat si z toho závěry. Během celého mistrovství se prováděl rozbor povětrnostních podmínek a kolísání teploty během dne. Den před startem sjezdu se odpoledne znovu zkusel vhodný vosk, pomocí několika různě namazaných lyží, na rovném úseku. V samotný den závodu se provádělo měření teploty v intervalech, již tři hodiny před startem, jak na horním, tak na dolním úseku tratě. Z toho se dal určit pravděpodobný vývoj teploty. Jednotliví závodníci si během rozjíždění dělali sami svůj názor, co je zapotřebí mazat. V nejkratší možnou dobu před startem se na společném poradě všech závodníků s trenérem ujednotaly názory o teplotě, stavu a vlhkosti sněhu a pak každý namazal podle svých zkušeností a s ohledem na vylosování. Každý mazal ten druh



Naše talentovaná mládež při skoku na sněhovém můstku

vosků, který používá (Toko, Holmenkol, Swix) a dá se říci, že všichni namazali celkem dobře. Nikdo vyložený nepromazal.

Velkou roli, hlavně u slalomových disciplín, hraje schopnost **prostudování a zapamatování si vytyčené tratě**. Teprve když závodník trať dokonale zná a dobře si pamatuje sled branek a změny v terénu, může si detailně určit taktiku jízdy podle svých možností a předpokladů fyzických a psychických. Zvlášť důležitý je pojem paměť aplikovaná, jíž předchází mechanické zapamatování tratě. Problémem nácviku slalomové paměti se nebudu zabývat, neboť to nesouvisí přímo s taktikou před závody.

Někdy, zvláště pro méně vyspělé závodníky, je obtížné zapamatovat si přesně celý sled branek. Je ale bezpodmínečně nutné při prohlídce tratě si důkladně všimnout nejen momentálního stavu tratě, ale odhadnout i možný stav tratě po projetí takového počtu závodníků, jenž odpovídá vylosování, a z toho si určit obtížnost jednotlivých úseků. Vzhledem k obtížnosti je nutno si pamatovat úseky v tomto pořadí:

1. Velmi obtížná místa (regulovat rychlost a dbát na správné projetí).
2. Obtížná místa (určit optimální rychlost vzhledem k technické úrovni).
3. Místa se střední obtížností (tempo většiny tratě).
4. Lehká místa (maximální tempo průjezdu).

Toto určení je důležité a slouží k tomu, abychom si lépe zapamatovali místa, kde je nutno rychlost regulovat, kde to trať a terén dovolí. Toto místo je často již několik bran před obtížnou figurou. Důkladnou prohlídkou a správným odhadem svých možností se dá riziko nezvládnutí tratě zmenšit na minimum a umožnit projetí tratě v optimálním tempu.

Velmi důležitý je také celkový režim před závody (rozumí se tím několik hodin před startem). Správným časovým rozvrhem s dostatečnou rezervou se dá odstranit zbytečná nervozita a dá se tak navodit optimální **psychický stav** (částečně). Z fyziologického hlediska je nutné konzumovat poslední jídlo minimálně 1,5 hodiny před startem, neboť po jídle dochází vlivem trávení k zpomalování reakcí a nedostatečným vyživování svalstva. Před startem je samozřejmostí důkladná rozcvička, která má vliv nejen na přípravu organismu z hlediska fyziologického, ale regulují se tím i aktuální psychické stavy. Intenzita rozcvičení je individuální, jiná pro každého závodníka, ale v každém případě dostatečně intenzivní. Pokud to časové a jiné podmínky dovolí, je žádoucí dostatečné rozježdění, a to v podmínkách co nejvíce podobných dané trati. To znamená např. v případě sjezdu jízda na sjezdových lyžích, v přílbě a dlouhý úsek. Při slalomu a obřím slalomu projetí několika branek vytyčených mimo trať, v maximálním tempu. Opět zde platí zásada individuálnosti. Toto má opět vliv nejen na obnovení pohybových návyků a získání specifických pocitů, ale také „rozcvičení“ schopnosti odhadu, orientace atd. Z těchto bych si chtěl konkrétně všimnout tak zvaného zrakového výkonu, který je jistě důležitý pro rychlé reagování především ve speciálním slalomu, kde při jízdě připadá na jednu branku často méně než 1 sek. Z výzkumu dr. Švába, který se zabýval zrakovým výkonem v pracovním procesu, vyplynulo, že zrakový výkon (měřený v bitech/sek.) v průběhu směny kolísá a nejvyšší byl po určitém zapracování (cca 2 hod.) a nejnižší na počátku, bez ohledu jestli šlo o ranní nebo odpolední směnu. Tyto výsledky se dají aplikovat i na podmínky sportu, neboť závodník by se bez rozcvičení octl při startu vlastně jako na počátku práce. Z práce dále vyplynuly individuální rozdíly doby potřebné k navození optima. Toto jen potvrzuje individuálnost rozcvičení, případně rozježdění. Zvlášť důležité je „rozcvičení“ zraku (rozježdění v brančích) při zhoršených podmínkách viditelnosti (při padajícím sněhu nebo mlze), neboť počet dimenzí vstupujících do zrakového pole se zvětšuje a to má vliv na snížení zrakového výkonu.

Z výčtu uvedených faktorů a jejich vlivu na jízdu je zřejmé, že je nutná jistá činnost před závody, kterou nazýváme taktikou. Její prvky jsou jistě všeobecně známy a většina závodníků se je snaží dodržovat. Jde jen o to, uvědomit si dosah této činnosti na samotný průběh závodu a tím i na výsledky. Vedle fyzické a technické přípravy se musí hledat rezervy i v této oblasti.

Ing. PAVEL RAČLAVSKÝ

Použitá literatura: 1. Příbramský, Maršík: Sjezdové disciplíny. — 2. Choutka: Teorie sport. tréninku. — 3. Šváb: Ríg. práce. - Vliv prac. podmín. na zrak. únavu. — 4. Časopis „Lyžařství“. — 5. Vlastní zkušenosti

X. INTERSKI a běh na lyžích

Snad v žádném jiném sportovním odvětví neexistuje něco podobného, jako je mezinárodní kongres o výuce lyžování — Interski. Snad žádný jiný sport se nemůže pochlubit konáním takové či podobné akce, kdy za široké mezinárodní účasti 23 zemí ze tří světadílů, s rozsáhlou publicitou a zájmem široké veřejnosti se vyměňují a předávají zkušenosti, řeší problémy a hledají nové cesty pro další rozvoj a uplatnění lyžařského sportu.

Tato skutečnost vyplývá především z toho, že výuka lyžování je komerční záležitostí, především v alpských zemích, Španělsku, Japonsku i jinde. Přispívá k tomu ta okolnost, že lyžování je sportem lidovým, populárním a rozšířeným, že technika lyžování se rychle vyvíjí a zdokonaluje, že s lyžováním je úzce spojena výroba a prodej lyžařského vybavení atd.

Problematika běhu na lyžích byla zařazena do programu již dříve konaných kongresů. Na minulém IX. Interski v roce 1971 v Garmisch-Partenkirchenu se i ČSSR prvně podílela na kongresu vlastní demonstrací běhu a skoku na lyžích. Bouřlivý rozvoj běhu na lyžích, putování na běžeckých lyžích a využití běžeckých lyží jako prostředku pohybové rekreace svým způsobem přispěl k rozhodnutí minulého kongresu uspořádat X. Interski v ČSSR, v zemi s dlouholetou a bohatou tradicí s nemalými úspěchy v klasickém lyžování.

Průběh X. Interski pak potvrdil, že běh na lyžích a otázky spojené at už s metodickými problémy či s rozvojem běhu na lyžích zaujal mnohem výraznější místo a více pozornosti, než tomu bylo doposud.

Lyžařské kongresy mají svoji specifikou v tom, že se nejen přednáší, ale také v praxi demonstrovají a že praktické ukázky jsou vlastně těžištěm kongresu. Na Štrbském Plese mohl zájemce vyslechnout celkem 26 referátů s nejrůznější tematikou, z toho pět přednášek pojednávalo o běhu na lyžích z různých aspektů a dále zhlédnout 20 ukázek, z toho pět ukázek výcviku v běhu na lyžích.

Jejich referáty jsou zachyceny, budou vytištěny a vydány pro potřebu lyžařských odborníků a cvičitelů. Přesto alespoň několik stručných poznámek k jednotlivým přednáškám o běhu na lyžích.

TAUNO JUURTOLA (FINSKO): O PEDAGOGICE BĚHU NA LYŽÍCH

V obšírné přednášce se Juurtola zabývá charakteristikou pohybové činnosti při běhu na lyžích, rozebírá obecné cíle tělesné výchovy a stanovuje dílčí cíle běžeckého výcviku. Popisuje formy výcviku a zdůrazňuje význam obecných didaktických principů. Vlastnímu nácviku techniky běhu předchází rozvoj tělesné připravenosti, srovnává nácvik s tréninkem a v závěru uvádí význam výcviku v běhu na lyžích. Domnívám se, že obsahově nepřináší přednáška mnoho nového, podstatný je však celkový pohled na pojetí běžeckého výcviku jako na součást pedagogického procesu.

ASTRAND, PER O.: FYZIOLOGIE BĚHU NA LYŽÍCH

Světznámý švédský sportovní fyziolog v úvodu své přednášky uvádí základní údaje o přeměně a zdrojích energie při běhu na lyžích, dokumentuje na řadě čísel, že nejvyšších hodnot spotřeby kyslíku bylo docíleno u špičkových závodníků v běhu na lyžích. Zdůrazňuje však, že výše spotřeby kyslíku nelze ztotožňovat s výkonem, který je tvořen řadou dalších faktorů (technika, volní vlastnosti atd.). Další část a závěr přednášky pak vyznívá v jednoznačnou chválu běhu na lyžích jako prostředku moderního člověka k udržení a upevnění zdraví.

V obdobném duchu byla laděna i přednáška Ekkerharta Ulmricha (NSR): Běh na lyžích — sport volného času (Langlauf als Freizeitsport). Pro toho, kdo nezná současné tendence v rozvoji běhu na lyžích v NSR a v alpských zemích vůbec, byly uvedené údaje jistě překvapivím. Ulmrich velmi zasvěceně v osmi kapitolách rozebírá klady a výhody běhu na lyžích jako prostředku pohybové rekreace, zejména pak rodinné rekreace, sportu pro ženy a děti atd.



HELMUT DRESCHER (NSR): ZMĚNY SMĚRU NA BĚŽECKÝCH LYŽÍCH

Drescher vychází z názoru, že při putování na běžec-
kých lyžích je nutno, aby lyžař uměl zatáčet i na běžec-
kých lyžích. Uvádí výhody a nevýhody zatáčení na běžkách,
zmiňuje se o způsobu zatáčení pomocí zdůrazněného ver-
tikálního pohybu těžiště a širšího vedení lyží. V závěru pak
podává přehled všech oblouků (výčet podle mého názoru
je příliš široký), včetně tzv. telemarku, zatáčení v boulicích
a v hlubokém sněhu a rovněž slalom na běžkách.

ČSSR byla zastoupena přednáškou F. Chovance: K di-
daktice běhu na lyžích, ve které autor podává charakteris-
tiku běhu na lyžích, rozebírá specifické rysy běžec-
kého výcviku, rozdělení učební látky do tří výcvikových etap
a v závěru se dotýká nejzávažnějších metodických otázek
a návodu na jejich řešení.

Přednášky byly doplněny a obohaceny o několik filmů
s tematikou běhu na lyžích. Předně to byl západoněmecký
film „Lyžařská běžec-
ká škola“ — je to vlastně zfilmovaný
učební lyžařský plán NSR č. 4 — běh na lyžích. Výpravny
barevný film, v úvodních i v některých dalších částech
se zajímavými filmovými záběry, propagujícími běh na ly-
žích v jeho kráse a krásu běžec-
kého pohybu, avšak vlastní
metodický obsah je již méně bohatý (G. Thoma jako in-
struktor ukazuje a se skupinou žáků provádí běžec-
ký vý-
cvik). Další dva barevné filmy (z NSR a z Norska) jsou
více méně spíše filmy propagačními než metodickými. Vyná-
lezu kamerou krásnými barevnými záběry dokumen-
tují krásu běhu na lyžích a putování na běžkách půvab-
nými horskými partiemi. Čtvrtým filmem byl vysokoškolský
film FTVS UK Praha, černobílý, který sice skromně, ale
instrukčně na výši provedenými ukázkami základů lyžová-
ní na běžec-
kých lyžích přispěl k obohacení filmových uká-
zek. Bylo by jistě žádoucí, aby uvedené filmy stejně tak
jako i další filmy, na Interski promítané, mohla zhlédnout
i naše širší lyžařská veřejnost. Při chronickém nedostatku
lyžařských filmů by to bylo jistě velmi vítané.

Praktické ukázky výcviku v běhu na lyžích předvedli
Norové, Finové, západní Němci, Švédové a ČSSR. Všechny
ukázky byly svým způsobem zajímavé a podnětné. Dou-
fejme, že množství metrů filmů natočených našimi filmaři
bude o tom přesvědčivým důkazem.

Norsko předvedlo výcvik dětí, přesněji řečeno výcvik ly-
žařských základů, tj. elementární výcvik sjíždění, pře-
jždění terénních nerovností, terénních skoků a skoků z ma-
lých sněhových můstků a základů běhu, přirozeně vše na
běžec-
kých lyžích. Zajímavé bylo zdůraznění pestrosti ve
výcviku, využití hravých forem při neustálém pohybu, tj.
důraz na kvantitativní stránku. Např. tři malé můstky na
spádnici, tj. napojované skoky atd. Ukázku připravil Tore
Nilsen a předvedli ji žáci ze ZDS ve Štrbě s nemalým
úspěchem.

Ukázka finské delegace, připravená Tauno Juurtolou a
demonstrována dospělými běžci na velmi dobré technické
úrovni, nevyzněla snad tak, jak by zasluhovala. Jednak
byla zaměřena podle mého názoru příliš široce, snažila se
o znázornění výcviku od začátečníka až po trénink špič-
kového závodníka, jednak z toho vyplývající režijní potře-
by rozmělnily pozornost a soustředěnost pozorovatele. Jak
v norské, tak i ve finské ukázce nebylo snad něco z tech-
niky či z metodiky běhu, co by pro nás mělo být napros-
tou novinkou.

Nevšední svým pojetím byla ukázka NSR (autor Helmut
Drescher). Jejím cílem bylo názorně předvést a tím do-
kázat, že na běžec-
kých lyžích se dá v podstatě zatáčet
stejně jako na lyžích sjezdových, a také ukázku situovali
na sjezdový svah. Správně postavená idea — zatáčení na
běžec-
kých lyžích — byla však zřejmě přílišnou snahou
o její prosazení přivedena až do extrémních poloh. Ať už
v rekreačním použití běhu na lyžích, tak rovněž v závod-
ním běhu zůstává zatáčení na běžkách poplatné charakte-
ru běžec-
ké trati a stopě, kde se neuplatní 14—16 různých
druhů oblouků, tak jak je lyžaři NSR předvedli (přivr-
ratný oblouk z přívr-
ratu vyšší nebo nižší lyže, různé druhy oblou-
ků s předstupováním, oblouky s paralelním vedením lyží,
se zvyšováním, se snižováním atd.).

Švédská ukázka byla neobvyklá v tom, že své pojetí bě-
žec-
kého výcviku demonstrovali švédští cvičitelé se zájem-
ci z řad pozorovatelů, z nichž vytvořili několik družstev a
prakticky prováděli výcvik. Po nácviku základních běžec-
kých prvků a běžec-
kých způsobů, jak je běžně známe
i u nás, aplikovali nacvičené na dílčích jednotlivých vhod-
ných úsecích běžec-
ké trati.

Československá ukázka běžec-
kého výcviku byla koncipo-
vána jako ukázka nácviku uzlových metodických bodů —
nácvik běžec-
ké rovnováhy, skluzového postoje, koordina-
ce práce nohou a paží při střídavém běhu, nácvik jízdy
a běhu s odpichem soupaž, nácvik odšlapování a bruslení
a aplikace nacvičených prvků v prostoru cvičné plochy
a nejbližšího okolí. Ukázku předvedli žáci sportovní lyžař-
ské třídy ze ZDS ve Štrbě pod vedením svého učitele
O. Bruzicka a členové reprezentačního juniorského družstva
sdruženářů pod vedením svého trenéra mistra světa v zá-
vodě sdruženém L. Rygla. Ukázku připravil a nacvičil
dr. F. Chovanec za spolupráce ing. M. Chlouby. Domní-
vám se, že se nám podařilo skloubit jak obsahovou strán-
ku ukázky s režijním záměrem, využít maximálně celého
cvičného prostoru, tak i docílit neustálého pohybového
ruchu. Pomocí vhodného komentáře a hudebního doprovodu
jsme vytvořili svým způsobem i líbivou podivnou, kte-
rá zaujala přítomné diváky. Příznivý ohlas i kladné hod-
nocení naší běžec-
ké ukázky nás naplňuje uspokojením.

Náš příspěvek o běhu na lyžích na X. Interski by nebyl
úplný, kdybychom se nezmínili o jedné ukázce sjezdového
výcviku. Švýcarská delegace totiž zahájila svoji ukázku
sjezdového výcviku (autor Karl Gammä) na běžec-
kých ly-
žích s tím, že je žádoucí pomocí výcviku na běžec-
kých lyžích vytvořit pohybové předpoklady — pak teprve úspěš-
ně pokračovat ve vlastním sjezdovém výcviku. V rámci
Interski jistě zajímavý a nový pohled na využití běžec-
kých lyžích. U nás však zejména na vysokých školách je již řadu
let prováděna lyžařská příprava pomocí běžec-
kých lyžích, na pražské fakultě tělesné výchovy již více než deset let
celý základní lyžařský výcvik kromě zatáčení probíhá na
běžec-
kých lyžích.

X. Interski byl nesporně významným mezinárodním pod-
nikem v oblasti nezávodního lyžování. Bylo pro nás velmi
poučné konfrontovat naše pohledy, zkušenosti a záměry
se současným stavem a tendencemi lyžování v zahraničí,
zejména v alpských zemích. Domnívám se, že náš přínos
kongresu v oblasti klasických disciplín byl nemalý, že
jsme na úrovni požadavků, které na naše lyžování klade
naše socialistická společnost.

PhDr. FELIX CHOVANEC, CSc., FTVS UK Praha

KVALITA - problém masového rozvoje lyžování

IV. sjezd ČSTV vytyčil úkoly, které se týkají jednoznačně i našeho sportovního, masového i rekreačního lyžování. Splnění těchto úkolů odpovídá také současným a perspektivním potřebám socialistické společnosti. Jde zejména o to, abychom oblast našeho působení rozšířili na čím dál početnější vrstvy našeho obyvatelstva, hlavně mládeže, a abychom prostřednictvím tělovýchovných organizací zajistili podmínky pro další masový rozvoj lyžování. Máme konkrétní představy o tom, jak se má tento bílý sport, v naší zemi tak oblíbený, dále rozvíjet. O koncepci tedy není nouze. Ale rozhodující je a vždy bude kvalita a účinnost tohoto procesu. A v této oblasti nemůžeme být spokojeni.

Rozbor úrovně cvičitelské a metodické práce ve vybraných oddílech ukázal, že ne všude se nám daří realizovat naše záměry v rámci celistvého chápání vývoje. V řadě tělovýchovných jednot nejsou vytvořeny podmínky pro práci cvičitelů a trenérů. Nedostatek soustavné práce, nedostatečná péče o kádry ze strany výboru tělovýchovných jednoty i OV ČSTV, a to zejména v oblasti doškolování, nedostatek metodických materiálů a jiných doškolovacích pomůcek, malá znalost a tím i nedostatečně praktické uplatňování vyspělých forem tělovýchovného procesu na úseku sportovního lyžování — to všechno brání realizaci i některých skromnějších cílů.

Rozvoj masového lyžování brzdí především tyto nedostatky:

- nedostatečné ubytovací možnosti;
- nedokonalá vnitřní organizace lyžařských oddílů a tím i nízká kvalita jejich sportovní činnosti a společenské účinnosti;
- nedostatečné využívání rámcových dohod se společenskými organizacemi.

Ubytovací možnosti jsou snad jedním z nejdůležitějších problémů. Například v Krkonoších je kolem 320 podnikových rekreačních chat, jimiž dis-

ponují závodní výbory ROH. Tam, kde je spolupráce s těmito orgány dobrá, daří se i lyžařům dobře. V „Zásadách spolupráce mezi ROH a ČSTV při rozvíjení tělesné výchovy“ ze dne 7. listopadu 1973 se o finančním a materiálním zabezpečení této činnosti praví doslova: „ROH bude k zabezpečení všech těchto cílů a úkolů využívat v podmínkách závodů kolektivních smluv a rozpočtu fondu kulturních a sociálních potřeb i prostředků základních organizací ROH.“

V řadě případů se však ukazuje, že ne všude dochází ke spolupráci a spojování potřeb zaměstnanců a členů tělovýchovných jednot. Zaměňují se pojmy aktivní a pasivní rekreace, a tak se na našich rekreačních chatách, zejména o zimních školních prázdninách, setkáváme spíše s rekreanty než s mladými lidmi v lyžařských kurzech při aktivním výcviku pod vedením kvalifikovaných cvičitelů. Je to škoda, poněvadž při plném využití těchto kapacit by se počet mládeže na těchto akcích mohl jenom v Krkonoších zvýšit o 20 000 chlapců a děvčat. A tak nás tento nedostatek ubytovacích kapacit asi donutí hledat jiná účinná řešení. Jde například o využití ubytovacích možností v podhůří a mimo jiné i vybavení oddílů lehkými přenosnými vlekami o váze kolem 30 kg a kapacitě až 200 osob za hodinu. Tím se však nezbavujeme stěžejního problému, nutnosti radikálně řešit otázku výstavby nových ubytovacích kapacit v našich horách, rozšířit síť mechanických dopravních prostředků pro lyžaře a otevřít další cvičné svahy a sjezdovky v horských oblastech, i když víme, jak svízelná je situace v získávání stavebních kapacit.

To všechno vyžaduje výkonný funkcionářský sbor a kádr zdatných pracovníků a zkušených organizátorů. Tyto náročné úkoly nebudou moci v budoucnu plnit jenom dobrovolní cvičitelé a trenéři. Bude nutno opírat se o činnost několika typů pracovníků: nejenom dobrovolných, ale i poloprofesionálních a profesionálních. Tomuto požadavku bude nutno podřídit i jednotnou kvalifikaci cvičitelů, trenérů a rozhodčích. Stoupající nároky na cvičitelskou práci si vyžadují i v této oblasti velmi včasnou specializaci, a proto výbor Svazu lyžování ČÚV ČSTV hodlá zavést — tak jako je tomu i v některých dalších náročných sportech — kvalifikaci pomocného cvičitele, jímž se adept lyžařského cvičitelství bude moci stát už v 16 letech. Statut cvičitele lyžování se v tomto smyslu doplňuje s ohledem na současné možnosti.

Jestliže optimální věk pro činnost cvičitele se pohybuje mezi 20 až 35 lety, pak se domníváme, že při nyníjších požadavcích na kvalitu školení bude nutno soustředit počet výcvikových dnů u vyšších cvičitelských tříd do 14denních uzavřených cyklů tak, aby se postup do vyšší kvalifikace zbytečně neprotahoval a aby lyžařský cvičitel s potřebnými předpoklady mohl dosáhnout i nejvyšší kvalifikace v rozumně krátkém období, a tuto pak ve svém i fyzicky nejproduktivnějším období mohl také plně využít. Realizace tohoto záměru by si vyžádala modifikaci příslušné části směrnice pro JKCTR, které vyžadují pro cvičitele 2. a 1. třídy školení ve dvou bězích, vždy s jednorocním odstupem.

Neustálé doplňování vlastního cvičitelského vzdělání by mělo být prvořadým zájmem každého cvičitele. Účast na doškolení a seminářích je uspokojující jenom v některých krajích. Všeobecně je však vzdělávání pod průměrem současných potřeb, což souvisí i s nedostatkem příslušných publikací a s nedostatečnou popularizací nových poznatků tiskem, zejména našim časopisem Lyžařství. Nedostatečný je i přístup k zahraniční odborné literatuře a získávání poznatků a zkušeností ze zahraničí je obtížné. Významným počinem v tomto směru bylo nedávno vydání metodického dopisu s překladem francouzského Mementa 1973 („Jak se učí lyžovat ve Francii“). Podobné obohacování materiálů, jimiž naši cvičitelé mohou podstatně zvýšit své odborné vzdělání, by mělo být soustavné a je nanejvýš žádoucí.

Rovněž spolupráce jednotlivých lyžařských svazů socialistických zemí v oblasti výukové a cvičitelské by byla žádoucí. Svazových orgánů se týká v plné míře požadavek, aby řízení a výchovu cvičitelů považovaly za svůj prvořadý úkol. V rozporu s tím se však často staví do popředí především zabezpečování různých územních soutěží apod., což je jistě důležité, nikoli však jediný úkol, a jeho plnění nesmí jít na úkor rozvoje masového lyžování a zvyšování kvality tělovýchovného procesu na tomto úseku.

Z uvedeného vyplývá, že máme celkem dobře rozpracované plány rozvoje lyžařského sportu v masovém pojetí. Velmi dobře víme, co chceme, a také to, kde nás bota tlačí. Nezmiňují se o všech nedostatecích například v materiálním vybavení, v kvalitě lyžařské výzbroje a výstroje atd. Tyto problémy se řeší souběžně s problémy organizačními a ostatními. Vyžaduje to však aktivnější a odpovědnější přístup k plnění úkolů, a to tak, aby se lyžování u nás rozvíjelo jak formou výkonnostní a vrcholovou, tak i formou masového, harmonicky a ve správných proporcích.

IGOR HOUDEK

předseda úseku sportovního lyžování
VSL ČÚV ČSTV

Z předsednictva výboru Svazu lyžování ÚV ČSTV

Na zasedání předsednictva výboru Svazu lyžování ÚV ČSTV 8. února v Liberci byla všemi členy konstatována mimořádná obětavost a nadšení pořadatelů, kteří i za mimořádně nepříznivých sněhových podmínek v letošní sezóně uskutečnili všechny vrcholné soutěže v plánovaném rozsahu. Pouze „Zlatou lyži Českomoravské vysočiny“ nebylo možno uspořádat. Předsednictvo děkuje všem organizátorům za jejich příkladnou péči a nezměrné úsilí při přípravě a uspořádání všech závodů.

Oceněna byla dále práce organizačního výboru mistrovství Evropy juniorů 1976 v klasických disciplínách, který pečlivě zajišťuje tuto významnou událost a zhostil se s úspěchem uspořádání letošního mistrovství ČSSR, které bylo současně spartakiádní soutěží. O další práci a úkolech informoval účastníky zasedání předseda organizačního výboru MEJ Karel Zikeš.

-tr-

Poškodenie kolenného zhybu pri lyžovaní

V súčasnej dobe lyžiarstvo sa stalo masovým športom v tých štátoch, kde sa sneh drží aspoň niekoľko mesiacov. Milovníkov tohto športu neustále pribúda a dnes sa odhaduje okolo 30 miliónov osôb, ktoré pestujú tento šport. Avšak ani lyžovanie nie je ušetrené úrazov. Odbornou prípravou, stále sa zlepšujúcim výstrojom najmä obuvi a viazania došlo k zníženiu donedávna najčastejších úrazov členkových zhybov. S počtom pribúdajúcich lyžiarov rastie i počet zranení. Z dostupnej literatúry vysvitá, že pri tomto športe najčastejšie dochádza k poškodeniu kolien. Podľa niektorých toto predstavuje až polovicu všetkých úrazov.

Je známe, že kolenný zhyb je u lyžiarov najviac zaťažovaný a tým aj najčastejšie vystavený úrazom. Často i nepatrný úraz kolena spôsobuje na zhybovej výstelke alebo chrupavke drobné traumatické zmeny. Tieto zmeny sa zväčšujú, najmä ak je kolenný zhyb neúmerne zaťažovaný alebo vystavený opakujúcim sa úrazom. Zvlášť veľkú pozornosť treba venovať takým poškodeniam kolenného zhybu, kde došlo k výronu krvi z poškodenej cievy alebo k nahromadeniu tekutiny do zhybu. Kolenný zhyb vystieľa synoviálna blana s veľkým počtom klkov. Pri jej podráždení nemení sa iba obsah zhybovej tekutiny. Zároveň dochádza k jej významným chemickým zmenám, čo má za následok poškodenie chrupavky. Keď sa do zhybu dostane krv, spôsobuje väčšiu reakciu a viac poškodzuje chrupavku.

Kolenný zhyb je dôležitým a u lyžiarov veľmi často namáhaným zhybom. Jeho sústavné poškodzovanie — podobne ako nedoliečenie — môže mať ďalekosiahle následky pre ďalšiu športovú činnosť. Môže zapríčiniť predčasné skončenie športovej činnosti alebo i ovplyvňovať pracovnú schopnosť.

V snahe pomôcť lyžovaniu, ktoré je u značnej časti nášho obyvateľstva obľúbené, urobili sme rozbor úrazov kolien u lyžiarov, ktorí boli liečení v posledných rokoch na našej klinike. Z úrazových záznamov sme vyčlenili 89 lyžiarov aktívnych a 59 rekreačných, ktorých sme ambulantne liečili pre poškodenie kolien. Určitá časť úrazov sa nám zo súboru vymyká, najmä pokiaľ išlo o zlomeniny a niektoré iné zranenia, ktoré boli ošetrované a liečené v nemocniciach blízko lyžiarskych terénov.

Podľa ukazovateľov z úrazových záznamov lyžiarov liečených na našom pracovisku najčastejšia príčina úrazov kolien bolo nezvládnutie techniky — 44,9 %. Ako ďalšie príčiny zranení lyžiarov uviedli zlý terén — 19,0 %, nepozornosť — 13,0 % nedostatočná príprava 9,0 % a iné.

Jedným z najlepších spôsobov, ako predchádzať úrazom, je dôkladné osvojenie si techniky. To je možné dosiahnuť svedomitou prípravou v tréningovom procese, lebo tréningom si športovec osvojuje a posilňuje automatizované reakcie. Od schopnosti lyžiara včas reagovať na meniace sa situácie a často i nepredvídané okolnosti mení sa i možnosť pádu a následného zranenia.

Pri sledovaní mechanizmov úrazov kolien sme zistili, že 78,6 % liečených pacientov uviedlo ako mechanizmus úrazov pád. Je známe, že mechanizmus úrazu je priamo závislý od svojej príčiny. Odpoveď, ako predchádzať úrazom, je predovšetkým v morálno-vôľových vlastnostiach športovca a v jeho dobrej pripravenosti.

Pri úrazoch kolien najčastejšie dochádza k poškodeniu bočných väzov. Pri páde sa dostáva kolenný zhyb do extrémneho postavenia. Kým na jednej strane dochádza tlakom dvoch zhybových plošiek k poškodeniu mesiačkovitého vankúšika — menisku, na druhej dochádza k oddialeniu týchto až do takého štádia, že bočné väzy kolena sa natiahnu, čiastočne natrhnu alebo roztrhnú. Pri analýze diagnóz v 61,0 % sme našli poškodenie bočných väzov a v 16,5 % poškodenie meniskov.

Z liečených 140 úrazov kolien u lyžiarov bolo do 2 týždňov vyliečených 52,1 %, do jedného mesiaca 25,7 %, do 3 mesiacov 11,4 % a nad 3 mesiace bolo liečených 10,8 % zranených.

Zo záznamov zisťujeme, že 82,1 % úrazov vzniklo pri tréningoch a iba 17,9 % úrazov bolo spôsobených pri pretekoch. I tento údaj jednoznačne poukazuje na to, že príprave lyžiarov — či už aktívnych pretekárov alebo rekreačných — je potrebné venovať omnoho väčšiu pozornosť, než tomu bolo doposiaľ.

Chceli by sme zdôrazniť, že príčinu úrazu častokrát netvorí iba jeden faktor, ale množstvo okolností, ktoré sú podmienené predovšetkým psychickým stavom športovca a schopnosťami rýchlej reakcie. Medzi ďalšie veľmi dôležité faktory patria: chlad, zlé počasie, špatný sneh, nevhodný terén, nedostatočný výstroj a iné.

V súčasnom štádiu rozvoja lyžiarstva je potrebné zaoberať sa sústavne úrazovou zábranou v tomto športe. Stúpajúca úrazovosť nás varuje a daná skutočnosť vyžaduje venovať príprave začínajúcich lyžiarov takú starostlivosť, aby boli všestranne pripravení už v žiackom veku. Učiteľia telocviku by mali už v priebehu priprav na lyžiarsky kurz uskutočniť dôkladnú teoretickú a praktickú prípravu. Nemalo by chýbať ani zoznámenie s lyžiarskym terénom, navčičovanie pádov a pod. Už v tejto príprave je dôležité vplývať na morálno-vôľové vlastnosti jednotlivcov, na zvýšenie ich technických a fyzických schopností, disciplíny a i.

Dôležitým činiteľom, ako predísť úrazom kolien, je dobrý nácvik pohybu dolných končatín s lyžami i bez nich. Posilňovať väzivový aparát dolných končatín. Poznemenávame, že metodiky posilňovania sú dobre prepracované a známe. Treba sa nimi riadiť a využívať všetky pravidlá úrazovej zábrany, aby sme v lyžovaní predišli neraz i zbytočným zraneniam.

MUDr. VOJTECH GRAUS
subkatedra telovýchovného lekárstva ILF Bratislava



Jana Šimůnková byla nejúspěšnější českou reprezentantkou na juniorském mistrovství Evropy ve finském Lietu

Po juniorském ME v Lietu Bez velkých úspěchů

Letošní mistrovství Evropy juniorů se konalo ve finském Lietu. Českoslovenští junioři, kteří by v příštích letech měli převzít žezlo současných reprezentantů, zde příliš výrazných úspěchů nedosáhli. Čtvrté místo běžkyně Šimůnkové a šesté F. Nováka ve skoku, to byla naše největší aktiva. Po návratu čs. výpravy jsme o naší účasti hovořili s trenérem ing. M. Javorským.

● Proslýchá se, že Lieto se chce ucházet o mistrovství světa.

„Podle mého názoru by byl největší omyl svěřit pořádání nejvyšší světové soutěže tomuto městu. Především pořadatelé zklamali organizačně. Šampionát si totiž vzalo na svá bedra několik firem, které chtěly co nejvíce vydělat na reklamách. Hovořily do všeho, všude se vyskytovala jejich jména. Ale uvolnit a platit několik lidí pro technickou četu se jim příliš nechtělo. Když jsme v pondělí večer přijeli, bylo na tratích asi 2 cm sněhu, během úterka dalších 10 cm případlo, ale nikoho příliš nevzrušovalo, že by se tratě měly upravovat, protože na nich chtěli všichni účastníci trénovat. Až ve středu, prakticky den před vlastním zahájením se kolem tratí objevilo několik Finů s lopatami.

Také pro místní hotely byla naše účast téměř přítěží. Změnit dobu snídani či oběda se nikomu nechtělo, ačkoliv jsme to vzhledem k tréninku nutně potřebovali. Také zahajovací ceremoniál vůbec nepřipomínal tak závažnou věc, jakou je mistrovství Evropy.

Ani klimatické a tím i sněhové podmínky zde nejsou nejlepší. Lieto leží totiž 20 m nad mořem. Jakmile začne vát od moře vítr, okamžitě se rychle otepluje a během deseti minut může vyskočit rtuť teploměru až o pět stupňů. To se například stalo při běhu juniorů a z našich jsem již stačil přemazat pouze Nývltovi.“

● **Ano, to jsme se tedy dostali již k vlastním soutěžím. Jak hodnotíte účast běžců?**

„Možno říci, že po loňských porážkách na mistrovství světa ve Falunu se Seveřané probudili. Zejména Finové věnovali mladým hodně pozornosti a zřejmě i prostředků na jejich přípravu. V běhu na 15 km opravdu dominovali. Ale na náhlou změnu počasí doplatila celá řada závodníků. Zklamání byli reprezentanti NDR. Vždyť jejich umístění na 11., 15., 40. a 41. místě neodpovídalo představám. Loňský vítěz juniorského ME Švéd Wassberg skončil na 23. místě, stříbrný Nor Dahlbakk byl 28. a bronzový Koch (USA) 13.

Z našich mladých běžců se nejlépe dařilo Nývltovi, který skončil na 16. místě. Mezi prvými byly jen nepatrné rozdíly. Další tři naši závodníci nestačili přemazat lyže, ale přesto jejich umístění 35. Bárta, 43. Račák, 45. Kohút je neuspokojivé. Zejména od Kohúta jsem očekával mnohem lepší výkon.

Ve štafetě rozjžděl Kohút a předával ve skupině na 5.—9. místě, Bárta však na druhém úseku hodně ztratil, předával jako 11., Nývlt stačil jen ztrátu snížit a přijet na devátém místě. Celkově bych k vystoupení běžců chtěl říci, že ke světové špičce jsme se přiblížili, ale na to, abychom do ní pronikli, ještě „nemáme“. Domnívám se, že bude třeba znovu vsadit na opravdu mladé talenty a systematicky, dlouhodobě a perspektivně s nimi pracovat.“

● **Jak hodnotíte vystoupení děvčat?**

Družstvo juniorek je na tom lépe než chlapci. Tvoří perspektivní kolektiv, vždyť všechny mohou ještě dva až tři roky závodit v juniorské kategorii. Šimůnková podala velmi dobrý výkon a jen 2,8 vt. ji dělilo od medaile. Matoušová zajela také dobře, má před sebou nejdlejší juniorskou perspektivu. Pod odborným vedením svého otce v ní roste skutečně nadějná reprezentantka. Ve štafetách jsme doufali, že by naše děvčata mohla sáhnout i po medaili. Uvědomovala si to sama. Vzhledem ke svému mládí tak velkou psychickou zátěž ještě neunesla.“

● **Jak se vám líbilo skokani a sdruženáři?**

„Ještě v tréninku si skokani vedli dobře, zejména František Novák. Jestliže jsme porovnávali jeho skoky s ostatními závodníky, potom jsme předpokládali, že by se mohl umístit na třetím až pátém místě. Ještě ve zkušebním kole dosáhl 75 m. Ale první skok do soutěže „zmontoval“, skočil pouze 64,5 m a bylo po nadějích. Ani ostatním našim skokanům se nepodařilo předvést dva vyrovnané skoky.

Nejhůře skončili sdruženáři. Ve for-

mě, v jaké se představili v Lietu, nemají ani v budoucnu naději bojovat s nejlepšími. Vždyť náš nejlepší zůstal za vítězným Norem Sandbergem o 112 bodů! Nad úrovní této disciplíny se budeme muset zamyslet. Jestliže neuděláme radikální změny v přípravě a výběru talentů, nemůžeme čekat žádné úspěchy.“

V příštím roce se koná mistrovství Evropy juniorů v Liberci. Věříme, že zde budou naši reprezentanti úspěšnější.
Hovořil: ZDENEK PAULŮ

→
František Novák z Jiskry Harrachov patří k našim skokanským nadějím. Na juniorském mistrovství Evropy v Lietu obsadil šesté místo



36. ročník VC Demänovských jeskyň

Mezinárodní lyžařská federace FIS pověřila již po druhé Tělovýchovnou jednotu Jasná uspořádáním závoďů sjezdařů do soutěže o Evropský pohár při Velké ceně Demänovských jeskyň. Poprvé to bylo v roce 1973 — loni pod Chopkem byla uspořádána nejvyšší juniorská soutěž mistrovství Evropy 1974 ve sjezdových disciplínách, a to s nemalým úspěchem — a letos to byl opět Evropský pohár mužů.

Je to organizačně velmi náročný mezinárodní podnik, letos se k tomu ještě přidala sněhová nepříznivá sezóna v celé Evropě, kdy mnozí pořadatelé Evropských pohárů byli nuceni závody odřeknout. Také v Jasně byly obě tratě, předurčené pro obě kola obřího slalomu, ve svých horních částech pod Lukovou beze sněhu. Pořadatelé rozhodli, aby se závod mohl vůbec uskutečnit, upravit pro obě kola obřího slalomu jen trať č. 7 tzv. „majstrovskou“. Znamenalo to ovšem hořejší úsek v délce cca 150—200 m, 40—60 m široký „vysněžit“ navezením vrstvy 30—40 cm starého přemrzlého sněhu, který bylo nutno preparovat vodou. Byla to úmorná dřina několika dní, kdy technická četa neúnavně až

do tmy pod vedením ss. Kresáka a Sedláčka za obětavé pomoci vojáků na trať dovážela sněh na ratraku anebo jej donášela v plachtách. Současně byla za značného mrazu 10—15° pod nulou vyvážena voda v hasičských cisternách (o kapacitě 7000 l) z Vrbického plesa k cíli tratě, odkud byla čerpána na hořejší úsek tratě obřího slalomu. Celkem 24 cisternových dávek vody skropilo navážený sněh, aby zvlhnul a dal se ušlapat. Díky této obětavé práci byla trať vynikajícím způsobem preparována a připravena unést i zatížení všech startů obřího slalomu i slalomu početného pole závodníků.

Většina zahraničních účastníků byla v pondělí 17. 2. dopravena speciálním



Miloslav Sochor v obřím slalomu na Velké ceně Demänovských jeskyň v silné mezinárodní konkurenci Evropského poháru obsadil třetí místo

letadlem z Mnichova do Popradu. Odtud byli převezeni autokary do Jasně. Výpravy Rakouska, Argentiny, Polska a Maďarska přijely do Jasně vlastními auty. Z přihlášených a pro první závod také losovaných se nedostavili pouze reprezentanti Jugoslávie a Američan Dean Gigantelli. Konkurence byla tentokrát velmi silná, neboť všechny alpské země využily možnosti účasti v plných kvótách a vy slaly velmi silná 10členná družstva. Nejvýznamnější favority byli: Alfred Hagn z družstva NSR — dosud vedoucí závodník letošního EP ve slalomu a celkem 20. na světovém žebříčku s 8,94 FIS-body, Heinz Weixelbaum s 13,87 FIS-body ve slalomu a 17,86 v obřím slalomu, stejně jako Albert Frank (oba NSR) s 19,35 FIS-body v obřím slalomu. Z francouzských reprezentantů nutno jmenovat Gérarda Bonnevieho s 11,66 FIS-body ve slalomu a Bernarda Rossat-Mignoda se 17,82 FIS-body v obřím slalomu, z Itálie především Erwina Strickera — t. č. osmého muže na světovém žebříčku v obřím slalomu s 3,48 FIS-body a jedenáctého ve slalomu s 5,61 FIS-body, 19letého Diego Amplatze s 9,43 FIS-body v obřím slalomu a stejně starého Giuseppe Oberfranka — zatím patřícího ve slalomu EP a s 9,43 FIS-body v obřím slalomu, dále Bruno Confortolu na 10. místě EP s 10,42 FIS-body v obřím slalomu a Arnolda Senonera — 18. na světovém žebříčku v obřím slalomu s 6,43 FIS-body. Ze švýcarských závodníků jsme byli zvědaví na výkony Ernsta Gooda — druhého v pořadí EP v obřím slalomu se 7,30 FIS-body a Petra Schwendenera — druhého v pořadí EP ve slalomu. Z Rakouska přijel opět loňský juniorský mistr Evropy Bartl Gensbichler, mladičký Klaus Heidegger, ale již s 8,38 FIS-body v obřím slalomu a 11,50 ve slalomu, a populární devětatvacetiletý „veterán“ světových sjezdovek Reinhard Tritscher — 15. sjezdová na světě s 5,55 FIS-body. Naše naděje byly upřeny především k Milovi Sochorovi, který se svými 6,80 FIS-body v obřím slalomu patří dnes již k světové špičce. Byli jsme ale také zvědaví na výkony ostatních našich reprezentantů — většinou dorostenců, kteří dostali možnost — v celkovém maximálním počtu deseti — získat na domácí „půdě“ co nejlepší umístění a tím i potřebné dobré FIS-body v boji s daleko ostrflénějšími soupeři z celé Evropy.

Soutěž o VCDJ byla zahájena ve středu 19. 2. závodem v obřím slalomu. Prvé kolo postavil Míša Šoltýs — 51 branek v délce cca 1350 m s výškovým rozdílem 364 m. Druhé kolo na téže trase mělo stejné parametry, jen branek vytyčil jeho autor trenér Švýcarů Quido Geiger o 6 více. Po prvním kole se ujal vedení riskantní jízdou Ital Amplatz časem 1:12,38 min. před Rakušanem Kirchmaierem a Švýcarem Hemmim. Míla Sochor byl 4. se ztrátou pouhých 53 setin vteřiny na prvního Amplatze. Časové difference byly s ohledem na velmi těžkou trať jen minimální. Vždyť prvních šest závodníků „se vešlo“ do 62 setin vteřiny! Bohouš Zeman, který nastupoval k závodě se startovním číslem 24 ne zcela zdrav, byl po prvním kole jedenáctý s časem 1:13,18. Z favoritů již v prvním kole vzdali: Oberfrank, Rosat-

Mignod, Senoner, Bonnevie a dalších 13 závodníků.

Druhé kolo se jelo podle pravidel FIS v pořadí systému „BIBO“, což znamenalo, že zbývajících deset závodníků z prvé losovací skupiny (tj. do startovního čísla 15) startovalo v obráceném pořadí a všichni na ně navazovali podle svých časů, resp. umístění z prvního kola. Nejlepší čas druhého kola měl 18letý Švýcar Fournier 1:18,23, kterému se podařilo celkovým časem 2:31,82 získat prvé cenné vítězství a tím i 25 bodů do Evropského poháru. Druhým nejrychlejším ve druhém kole byl Míla Sochor 1:10,09 a postoupil celkovým časem 2:32,00 na třetí místo se ztrátou jen tři setinky vteřiny na druhého Itala Amplatze a získal 15 bodů do Evropského poháru. Bylo klasifikováno 47 závodníků ze 79 startujících.

Výsledky obřích slalomů: 1. Fournier (Švýcarsko) 2:31,82 (1:12,99+1:18,83), 2. Amplatz (Itálie) 2:31,97 (1:12,38+1:19,59), 3. M. Sochor (ČSSR) 2:32,00 (1:12,91+1:19,09), 4. Sottas (Švýcarsko) 2:32,35 (1:13,13+1:19,22), 5. Schwendener 2:33,53 (1:13,99+1:19,54), 6. Good (všichni Švýcarsko) 2:33,92 (1:14,15+1:19,77), 7. Hezcko (ČSSR) 2:34,40 (1:14,40+1:20,00), 8. Weixelbaum (NSR) 2:34,47 (1:14,55+1:19,92), 9. de Ambrogio (Itálie) 2:34,72 (1:13,96+1:20,76), 10. Dujon (Francie) 2:34,80 (1:13,93+1:20,87).

Ve čtvrtek 20. února pokračovala Velká cena Demänovských jeskyň slalomem na trati 550 m s výškovým rozdílem 214 m. Autorem prvního kola se 64 branek byl Ital A. Thoma, druhého s 57 branek Rakušan A. Mühlthaler. Pro nás již nebyl tento závod tak zajímavý, neboť čtyři z nejlepších: brň Sochorové, Hezcko a Hoffmann, příslušníci Dukly Liberec, odcestovali do SSSR na Spartakiádu spřátelených armád. Po prvním kole vedl Rakušan Gruber v čase 53,29, ale druhé kolo mu nevyšlo a skončil až jedenáctý. Schroll (NSR) s druhým časem 53,52 v prvním kole po druhém „spadl“ na páté místo. Poměrně vyrovnaná obě

kola měl jeho krajan Weixelbaum a skončil celkově druhý. Polák Ciaptak Gasienica se startovním číslem 18 zajel ve druhém kole riskantní jízdou nejlepší čas 50,24, který ho ze sedmého místa po prvním kole vynesl do čela závodního pole. Bohouš Zeman se začínající anginou bojoval ze všech sil. Po prvním kole byl na nadějném 10. místě s nepatrnou ztrátou 82 setin vteřiny za nejlepším Gruberem. Po druhém kole v nabitě konkurenci klesl na třinácté místo. Také Porubský, startující po dlouhé přestávce, zaviněné onemocněním, se pomalu dostává do formy a jeho 23. místo je uspokojivé. Kolín skončil 25., Kornfeld 30., Ptáčník 31. Zbývajících pět čs. startujících neprošlo úspěšně sitem branek obou kol. Jen 34 závodníků ze 74 startujících bylo klasifikováno.

Výsledky slalomů: 1. Gasienica Ciaptak (Polsko) 104,23 (53,99+50,24), 2. Weixelbaum (NSR) 104,36 (53,63+50,73), 3. Lüscher 104,44 (53,94+50,50), 4. Good (oba Švýcarsko) 104,48 (54,01+50,47), 5. Schroll (NSR) 104,53 (53,52+51,01), 6. Schwendener (Švýcarsko) 104,60 (54,12+50,48), 7. Frank (NSR) 104,65 (54,24+50,41), 8. Confortola (Itálie) 104,80 (54,28+50,52), 9. Sottas (Švýcarsko) 104,92 (54,34+50,58), 10. Amplatz (Itálie) 105,04 (53,68+51,36).

Vítězem Velké ceny Demänovských jeskyň se stal italský reprezentant Diego Amplatz se 4,87 b. před Švýcary Sottasem, Schwendenerem a Goodem. Následovali závodníci NSR Weixelbaum a Frank. Sedmý byl Bohouš Zeman, Kolín skončil čtrnáctý a Porubský šestnáctý. Dvojboj dokončilo 22 závodníků.

V pořadí Evropského poháru po Velké ceně Demänovských jeskyň na vedoucích místech nedošlo k mnoha změnám. Jen Švýcar Good postoupil z desátého místa na čtvrté, Schwendener z patnáctého na sedmé a Amplatz z 24. na desáté.

ANTONÍN HUSÁK

člen mezinárodní komise VSL ÚV ČSTV

Zdařilé dorostenecké přebory ČSSR

Bojovná mládež a osvědčení organizátoři ze Sokola Nové Město na Moravě a Navety Jablonec se zasloužili o úspěch dorosteneckých přeborů ČSSR v běžeckých disciplínách. Pořádající Sokol Nové Město na Moravě, oslavující letos 80leté trvání, je pronásledován nepříznivými sněhovými podmínkami. Nejdříve musel odřeknout dlouho připravované mezinárodní závody o „Zlatou lyži Českomoravské vysočiny“ a potom na poslední chvíli přeložit dorostenecké přebory ČSSR v běžích do Jizerských hor. Malá Jizerka žila 14.—16. února ve znamení zajímavých bojů našich běžeckých nadějí.

Novoměstští lyžaři našli velmi dobrého spoluorganizátora v Navetě Jablonec a nestačili si pochvalovat dobře připravené tratě, ideální terény a příznivé podmínky. Zejména sobotní závody pak probíhaly za ideálního mrazivého, ale slunečného počasí. Pochvalu zasluhuje místní rozhlas, který v celém průběhu závodu dobře informoval startující i diváky. Činovníci se postarali o rychlý průběh závodů všech čtyř kategorií a Sokol Nové Město připravil pro neúspěšnější velmi pěkné ceny. Slavnostní vyhlášení vítězů za účasti člena představenstva VSL ÚV ČSTV Václava Mečíře mělo důstojný rámeček, který patří k této události dorosteneckého lyžování.

Úspěchy slavili mladí závodníci a závodnice těch lyžařských oddílů, které věnují výchově mládeže mimořádnou pozornost. Kromě pořádajících Navety Jablonec a Sokola Nové Město na Moravě jsou to především Tesla Liptovský Hrádok, Seba Tanvald, Ski Jilemnice, Jiskra Lučany, ČZ Strakonice, Baník Rudňany a další. Dvě zlaté medaile si odvezla z Malé Jizerky dcera trenéra čs. reprezentačního družstva juniorek Ilji Matouše mladší dorostenka Zuzana Matoušová. Ze starších dorostenek se rozdělily o prvenství Dáša Palečková z Nového Města na Moravě, která zvítězila na 3 km, a Jana Šimůnková z Horní Branné, která se stala přebornicí na 5 km.

I TI NEJMLADŠÍ ZÁVODILI

Rozzářené, usměvavé tváře chlapců a děvčat v jasů únorového slunce vítaly nás, když jsme vystupovali z jilemnického autobusu na Mísečkách, kde vlály barevné praporky a vytvářely lyžařský stadión pro přebor ČSSR 1975 žactva v běhu na lyžích. Celkem 123 chlapců a děvčat od 11 do 14 let se sjelo z celé naší vlasti, aby v radostném závodění změřili své síly a lyžařskou zdatnost. Sešli se nejlepší naši nejmladší závodníci a závodnice, o nichž se tak často prohlašuje, že jsou novou krví čs. lyžování. Z této mladé generace mají vyrástat nejen zdraví, tělesně a morálně vyspělí občané naší socialistické vlasti, ale i přeborníci, mistři a budoucí reprezentanti naší socialistické vlasti.

Z tváří těchto mladých závodníků a závodnic vyzařovala plná zaujatost pro závod a trenéři, mnohdy i tátové a mámy měli plné ruce práce s mázáním lyží a s přípravou svých svěřenců k závodu. Byla radost se dívat, s jakou chutí a plným soustředěním se vydávají chlapci a děvčata od startu bílou stopou k lesu, kde je vítal a povzbuzoval jilemnický pozdrav „Ať to frčí“. A skutečně to frčelo na velmi dobře upravených tratích, na nichž se jim dobře běželo a vydávali ze sebe vše, aby v nejlepší době projeli cílem. Dojeli všichni a v závodech byla velká vyrovnanost v časech a téměř všichni startující splnili limit III. výkonnostní třídy mládeže.

Všem chlapcům a děvčátům patří dík a uznání za jejich pěkné výkony, stejně jako trenérům a činovníkům v oddělech, kteří se starají o jejich výchovu a připravují je pro závody. Pořádající Ski Jilemnice pak si zaslouží pochvalu za vzornou přípravu a provedení přeborů, které pro nedostatek sněhu musel přenést z Jilemnice až na Mísečky.

Lyžařské činovníky mrzelo, že denní tisk nevěnoval přehlídce naší nej-

lepší lyžařské mládeže alespoň trochu pozornosti, neboť si to zasloužila.

V mladším žactvu se stali přeborníky Petr Blažek (Naveta Jablonec) a Marcela Jebavá (Ski Jilemnice), v kategorii staršího žactva Radim Duda (Lokomotiva Teplice) a Hana Hrubá (Ski Jilemnice).

Běh mladších žáků na 1 km: 1. Petr Blažek 4:38,6, 2. Pavel Benc (oba Naveta Jablonec) 4:51,6, 3. Tomáš Fusko (TJ Kremnica) 4:54,0, 4. Boris Krycmar (Naveta Jablonec) 4:57,1, 5. Roman Boldiš (TJ Kremnica) 4:57,8, 6. Jozef Vajs (Dukla Banská Bystrica) 4:57,9.

Běh starších žáků na 3 km: 1. Radim Duda (Lokomotiva Teplice) 12:59,7, 2. Zdeněk Krška (Naveta Jablonec) 13:15,1, 3. Igor Veselský (Sokol Nové Město na Moravě) 13:17,4, 4. Dalibor Císar (Dukla Banská Bystrica) 13:20,1, 5. Jozef Baranec (CHZWP Nováky) 13:24,8, 6. Pavel Mašek (Ski Jilemnice) 13:29,9.

Stafeta starších žáků 3x2 km: 1. ČSR I. (Krška, Veselský, Duda) 28:30,3, 2. SSR I. 28:49,1, 3. ČSR III. 29:17,9.

Běh mladších zákyň na 1 km: 1. Marcela Jebavá (Ski Jilemnice) 4:52,0, 2. Věra Holfeuerová (Sokol Nové Město na Moravě) 4:54,8, 3. Blanka Vankúšová (Dolný Kubín) 4:59,6, 4. Iva Raimová (Naveta Jablonec) 5:07,7, 5. Markéta Palečková (Sokol Nové Město na Moravě) 5:11,9, 6. Jana Purmová (Naveta Jablonec) 5:13,4.

Běh starších zákyň na 2 km: 1. Hana Hrubá (Ski Jilemnice) 9:10,9, 2. Zuzana Blašková (Družstevník Strba) 9:13,7, 3. Irena Krycanarová 9:16,3, 4. Jitka Pospíchalová (obě Naveta Jablonec) 9:18,0, 5. Miluše Rennerová (Seba Tanvald) 9:23,1, 6. Eva Čerňanská (Naveta Jablonec) 9:26,9.

Stafeta starších zákyň 3x1 km: 1. ČSR II. (Rennerová, Wundererová, Čerňanská) 16:32,3, 2. SSR I. 16:52,5, 3. ČSR I. 16:56,6.

FRANTIŠEK TÁBORSKÝ



Po startu štafety starších zákyň na 3x1 km, v nichž běželo deset družstev. Zvítězila druhá štafeta ČSR v sestavě M. Rennerová, M. Wundererová a E. Čerňanská

Z mladších dorostenců byl nejspěšnější Zdeněk Weiss z Navety Jablonec s jednou zlatou a jednou stříbrnou medailí, ze starších Jaroslav Kohút z Liptovského Hrádku s jednou zlatou a jednou bronzovou.

PREHLED VÝSLEDKŮ

Běh mladších dorostenek na 2 km:

1. Zuzana Matoušová (Sokol Horní Branná) 11:11,0, 2. Šárka Nesvadbová (Naveta Jablonec) 11:39,5, 3. Sylva Kalodová (TJ Rožnov) 11:51,8, 4. Vladimíra Vokálová (Jiskra Lučany) 11:55,5, 5. Jana Strnádková (Seba Tanvald) 12:03,4, 6. Vladěna Fleková (Naveta Jablonec) 12:03,8.

Běh mladších dorostenek na 3 km:

1. Zuzana Matoušová 12:49,8, 2. Jana Strnádková 12:53,5, 3. Vladimíra Vokálová 13:13,8, 4. Mária Paráková (TJ Vysoké Tatry) 13:21,4, 5. Šárka Nesvadbová (Naveta Jablonec) 13:29,6, 6. Líba Kalodová (TJ Rožnov) 13:34,1.

Štafety mladších dorostenek 3x2 km:

1. okres Jablonec nad Nisou (Vokálová, Nesvadbová, Strnádková) 31:52,8, 2. okres Semily 32:35,2, 3. Vysoké Tatry 32:54,0.

Běh mladších dorostenců na 3 km:

1. Mirek Král (Autoškoda Vrchlabí) 13:04,4, 2. Zdeněk Weiss (Naveta Jablonec) 13:06,6, 3. Petr Suchánek (Sp. Police nad Met.) 13:06,7, 4. Daniel Bielený (Liptovský Hrádok) a Otokar Krámský (Ski Jilemnice) oba 13:09,2, 6. Michal Georgiev (Sokol Nové Město na Moravě) 13:20,5.

Běh mladších dorostenců na 5 km:

1. Zdeněk Weiss 17:20,9, 2. Daniel Bielený 17:39,0, 3. Zdeněk Matějasko (Naveta Jablonec) 17:50,1, 4. Otokar Krámský 17:53,8, 5. Mirek Král 17:54,0, 6. Karel Svoboda (Lokomotiva Teplice) 17:57,2.

Štafety mladších dorostenců 3x3 km:

1. Naveta Jablonec (Balatka, Matějasko, Weiss) 35:59,6, 2. Sokol Nové Město na Moravě 36:23,6, 3. Tesla Liptovský Hrádok 36:24,1.

Běh starších dorostenek na 3 km:

1. Dáša Palečková (Sokol Nové Město na Moravě) 13:59,7, 2. Zdena Janovská (Seba Tanvald) 14:01,0, 3. Iva Hynková (Lokomotiva Trutnov) 14:08,7, 4. Jana Šimůnková (Sokol Horní Branná) 14:13,8, 5. Dana Brožová (ČZ Strakonice) 14:55,1, 6. Viera Leskovianka (Liptovský Hrádok) 14:56,1.

Běh starších dorostenek na 5 km:

1. Jana Šimůnková 18:05,7, 2. Zdena

Janovská 18:53,8, 3. Mária Sujová (Baník Rudňany) 18:59,6, 4. Dáša Palečková 19:02, 5. Viera Leskovianka 19:20,6, 6. Jana Brožová 19:25,0.

Štafety starších dorostenek 3x3 km:

1. Seba Tanvald (Vacková, Koldovská, Janovská) 40:21,7, 2. okres Semily 40:32,0, 3. Tesla Liptovský Hrádok 40:59,0.

Běh starších dorostenců na 5 km:

1. Jaroslav Kohút (Tesla Liptovský Hrádok) 17:57,5, 2. Miloslav Bečvář (ČZ Strakonice) 18:19,33, Vladimír Votoček (Spartak Rokytnice) 18:32,2, 4. Luboš Krška (Naveta Jablonec) 18:32,7, Vladimír Razim (Masna Pízeň) 18:39,0, 6. Aleš Vavruška (Naveta Jablonec) 18:46,5.

Běh starších dorostenců na 10 km:

1. Michal Šiarník (Liptovský Mikuláš) 33:41,5, 2. Miloslav Bečvář 33:46,7, 3. Jaroslav Kohút 33:49,7, 4. Vladimír Razim 34:00,3, 5. Jaromír Saska (Naveta Jablonec) 34:06,3, 6. Pavol Štefan (Baník Rudňany) 34:10,4.

Štafety starších dorostenců 3x5 km:

1. okres Jablonec nad Nisou (Jablůnka, Krška, Saska) 50:29,0, 2. Tesla Liptovský Hrádok 50:31,7, 3. Sokol Nové Město na Moravě 51:17,2.

JAROSLAV TROUSIL



Účastníci školení cvičitelů I. třídy ve Špindlerově Mlýně

Školení cvičitelů I. třídy

Zabezpečit kvalitu tělovýchovného procesu v lyžování znamená v první řadě získat a vyškolit dostatečný počet odborně i politicky dobře připravených tělovýchovných pracovníků, kteří budou organizovat a řídit práci lyžařských oddílů na základě nejnovějších poznatků z teorie a praxe tělesné výchovy. V souladu s potřebami zkvalitnění cvičitelské a výchovné práce proběhlo ve dnech 3.—12. února ve Špindlerově Mlýně školení cvičitelů I. třídy v lyžování, jehož pořadatelem byla tělovýchovná škola ČÚV ČSTV v Praze ve spolupráci s výborem Svazu lyžování ČÚV ČSTV.

Účastníci školení vytvořili velmi dobrý kolektiv, který se s opravdovým zájmem snažil o zvládnutí náročného programu školy. Vedle teorie a metodiky lyžování byl kladen důraz na vedoucí úlohu osobnosti cvičitele v tělovýchovném procesu a na celospolečenskou funkci lyžování jako prostředku tělesné výchovy.

Na školení byly s úspěchem použity dvě moderní vyučovací pomůcky. Možnost záznamu jízdy účastníků na videorekorderu přispěla k vytvoření reálné představy o stupni zvládnutí techniky. Rozborem techniky jízdy se podařilo u většiny účastníků překonat hlavní nedostatky zprostředkovaných informací a potvrdila se známá zkušenost — „jednou vidět je lépe než desetkrát slyšet“. Po zhlédnutí vlastní jízdy si svůj nedostatek uvědomil každý.

Druhou novinkou bylo seznámení s možnostmi použití soupravy brýlí fy UWEX opatřených vysílačkou pro vyučujícího a sluchátky s přijímačkou

mi pro deset členů družstva. Tato aparatura umožňuje kontakt vyučujícího se žákem a dává možnost slovního působení, případně korekce v průběhu vlastní jízdy. Dosah vysílačky je na dohled.

Na závěr kursu se uskutečnily praktické a teoretické zkoušky, závod v běhu a závod ve slalomu. Na základě dosažených výsledků byli jmenováni cvičitelé I. třídy lyžování tito soudruzi: s vyznamenáním prospěl Miroslav Strnad, prospěli: Milan Jílek, Jarmila Dobrá, Jaromír Mecner, Emil Kintzl a Vladimír Peč.

Přejeme všem novým cvičitelům I. třídy lyžování do další práce hodně úspěchů.

K hladkému průběhu školení přispěli soudruzi Jiří Mlejnek, primář MUDr. Jiří Krbec, CSC., Ing. Miroslav Chlouba a metodik VSL ČÚV ČSTV Jan Maršík, kterým děkuji za spolupráci.

RUDOLF SAUER
učitel TŠ ČÚV ČSTV

Pro velitele můstků

Skokanský úsek Svazu lyžování ČSTV uspořádá koncem letošního roku (v listopadu nebo prosinci) třídenní školení technických pracovníků pro funkci velitele můstku. Náplň školení: úprava a příprava lyžařského můstku pro trénink a závod, normy lyžařských můstků pro závody atd.

Lyžařské oddíly, které pořádají závody ve skoku, vyberou z řad svých techniků zájemce o toto školení a oznámí je referentu STK skokanského úseku s. Václavu Holanovi, Libušina 215, 544 01 Dvůr Králové n. L.

Zájemcům, kteří se přihlásí na školení, budou zaslány pozvánky a časový program přímo na jejich adresu.

Rekordní Vasův běh

Letošní 52. ročník tradičního Vasova běhu první březnovou nedělí ve Švédsku ze Sälen do Mory na trati 86 km byl ve znamení několika rekordů. Startoval rekordní počet více než 10 000 účastníků a zvítězil 30letý Gert-Dietmar Klause (NDR), známý u nás z Tatranského poháru v novém traťovém rekordu 4:20:29 hod. s náskokem šesti vteřin před Švédem Aakem Vingskogem. Třetí byl olympijský vítěz z Falunu v běhu na 50 km Gerhard Grimmer (NDR) za 4:21:21 před Jurasovem (SSSR) 4:21:47 a Hesslerem (NDR) 4:23:51 hod. Loňský vítěz Fin Matti Kuosko obsadil sedmé místo.

Ze střední Evropy přicestovalo na Vasův běh asi 1000 závodníků, především ze Švýcarska a NDR. Letos to bylo počtvrté, co nebyl v cíli první švédský lyžař. „Nevěřil jsem, že bych závod mohl vyhrát,“ řekl v cíli G. D. Klause. „V závěru závodu jsem byl hodně unaven, věděl jsem, že Vingskog mne dotahuje a vydal jsem ze sebe v posledních kilometrech všechny síly. K mému úspěchu pomohlo i správné namazání lyží za poměrně teplého počasí.“ Nejstarším účastníkem byl 74letý Švéd Robert Hellström. Hrdinou Vasova běhu je MoraNisse Karlsson, který tento populární závod vyhrál již devětkrát.

HLEDÁJÍ SE POŘADATELE

Úsek běhu Svazu lyžování ČSTV žádá všechny lyžařské organizační složky [lyžařské oddíly, okresní a krajské svazy lyžování], které mají zájem uspořádat celostátní lyžařské běžecké závody v nové sezóně 1975—76, aby to oznámily do konce dubna 1975 na adresu: František Táborský, Hřebíkova 2, 143 00 Praha 4 - Modřany.

Jedná se o mistrovství ČSSR 1976 dospělých a juniorů (únor), přebor ČSSR dorostu (březen), přebor ČSSR žactva (březen), dva postupové závody na mistrovství ČSSR (první v prosinci 1975, druhý v lednu 1976) a tři závody I. ligy - mistrovství družstev (prosinec 1975, leden, únor nebo březen 1975).

V závodech ve finské Kokkole Nor Braa zvítězil v běhu na 15 km za 45:48 min. před Švédem Aslundem 46:03 a svým krajanem Myrmem 46:35. Na 30 km byl první Fin Mieto v čase 1:26:55 hod. O druhé místo se dělili Isometsä (Finsko) a Magnusson (Švédsko) ve stejném čase 1:28:33 hod.

Snímky na všech stránkách obálky Jaroslav Trousil. Fotografie uvnitř měsíčníku: Miroslav Hladík, Stanislav Kunát, Jiří Macht, Rudolf Sauer, Vladimír Stýblo a Jaroslav Trousil.



Na mistrovství ČSSR v klasických disciplínách závod 27 štafet mužů na 4×10 km patřil k nejzajímavějším. Obrázek zachycuje běžce po startu na Nové louce v Bedřichově. Mistrovský titul obhájila Dukla Liberec. Na dolejší fotografii zleva Anna Pasiárová, Blanka Paulů a Alena Bartošová, které jsou nejlepšími čs. běžkyněmi letošní sezóny, což dokázaly i na mistrovství ČSSR.





787

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ KVĚTEN 1975 ♦ Kčs 3.—

5





Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

ŮSPĚCH LYŽAŘSKÝCH
SPARTAKIÁDNÍCH
SOUTĚŽÍ

X. TATRANSKÝ POHĀR

TAK JEZDÍ
RAKUŠAN KLAMMER

NA PRVNÍ STRANĚ OBĀLKY ZASLOU-
ŽILÝ MISTR SPORTU KAREL KO-
DEJŠKA PO VÍTĚZSTVÍ NA MISTROV-
STVÍ SVĚTA V LETECH NA LYŽÍCH
NA RAMENOU TRENĚRA JÁCHYMA
BULINA (VPRAVO) A MILOSLAVA
BĚLONOŽNÍKA (VLEVO), NA DRUHÉ
STRANĚ DAGMAR KUZMANOVÁ, KTE-
RÁ SI ŮSPĚŠNĚ VEDLA V EVROP-
SKĚM POHĀRU VE SJEZDOVÝCH DIS-
CIPLINÁCH, NA ZADNÍ STRANĚ
OBĀLKY ŮSPĚŠNÝ TANDEM ĀS. BĚŽ-
CŮ JIŘÍ BERAN (VPRĚDU SE STAR-
TOVNĚM ČÍSLEM 31) A FRANTIŠEK
ŠIMON (VZADU) NA MISTROVSTVÍ
ĀSSR V JIZERSKÝCH HORÁCH

lyžařství

Ročník 61

Číslo 5

Vydává Československý svaz tělesné vý-
chovy v nakladatelství Olympia v Praze.
Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd
Janecký. Vedoucí redaktor časopisu
Jaroslav Trousil. Řídí redakční
rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský,
K. Eidipes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland,
JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík,
Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrz-
ník. Redakce: 115 88 Praha 1, Kliment-
ská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěr-
ka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází
jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskař-
ské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje
Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs
Informace o předplatném podá a objed-
návky přijímá každá pošta i doručovatel.
Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS —
ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku,
Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto
čísla byla 6. dubna 1975.

Číslo indexu ČUTI 46 813

30 LET ĀS. LYŽOVÁNÍ

Historie lyžařského sportu v naší vlasti je velmi bohatá. Lyžování patřilo mezi oblíbené sporty i v době mezi oběma světovými válkami a již tehdy zaznamenalo kladné výsledky. Naši občané pochopili, že pohyb na lyžích v zasněžené přírodě přispívá velmi výrazně k upevnění zdraví a osvěžení po práci.

V době první republiky bylo však výsadou pouze „hořejších 10 000“. Toto není tendenční fráze, ale holá skutečnost, protože lyžařskou výzbroj a především pak pobyt v horských střediscích si mohli dovolit jen ti, kteří na to měli. V žádném případě se to netýkalo poctivého českého občana, který musel zápasit o holou existenci, o to, aby uživil svoji rodinu. Na nic jiného finanční prostředky nezbývaly. Dobré výsledky v mezinárodních soutěžích dosahovali v drtivé většině závodníci pocházející z horských oblastí, kteří měli ve svém bydlišti jednak přirozené podmínky a na druhé straně jim sloužily lyže jako přepravní prostředek nutný k jejich zaměstnání.

Byly pochopitelně také výjimky, že i závodníci, kteří dosáhli dobrých výsledků v mezinárodních soutěžích, pocházeli z větších měst. To však byli především lidé, pocházející z bohatých rodin, jejichž otcové mohli nést náklady v horských střediscích i při zájezdu do zahraničí.

V žádném případě však nelze toto období hodnotit jako období masového rozvoje lyžování.

Teprve osvobozením naší vlasti Sovětskou armádou v roce 1945 byly vytvořeny základní předpoklady pro masový rozvoj lyžařského sportu.

Jsme hrdi na to, že také lyžaři se významnou měrou podíleli na osvobozovacích bojích proti hitlerovskému fašismu. Jména jako například Štefan Morávka, Jan Rašu, Janko Novák, Jano Bezrouk a další se zapsali zlatým písmem do dějin SNP. Z pozdějších ĀS. lyžařských reprezentantů jen namátkou jmenujeme Ondřeje Rusko a Štefana Kovalčíka. Neocenitelnou službu prokázaly stovky lyžařů v I. armádním ĀS. sboru jak při průzkumných akcích, tak i při bojích v překonávání horských masívů.

I když v roce 1945 byly vytvořeny předpoklady pro široký rozvoj lyžařského sportu, nebylo těchto podmínek plně využito a teprve po Únorovém vítězství dělnické třídy nad buržoazií, kdy bylo sjednoceno tělovýchovné hnutí a umožněn nástup pro výstavbu socialistického systému tělesné výchovy a sportu, otevřely se brány pro skutečně bouřlivý rozvoj lyžování. V souvislosti se znárodněním průmyslu a vyvlastněním majetku buržoazie byla ubytovací zařízení předána do správy socialistických organizací. Tak bylo v praxi realizováno heslo „Hory patří pracujícím“. Krásná prostředí byla zpřístupněna širokým masám pracujícího lidu, který pod vedením Komunistické strany Československa převzal řízení státu do svých rukou. Únor 1948 je také skutečným mezníkem dalšího rozvoje lyžařského sportu, ve kterém se stále výrazněji rýsují základní charakteristické znaky socialistického systému tělesné výchovy „ideovost, lidovost a masovost“. Za velké podpory ROH, škol, armády a všech složek Národní fronty se začalo lyžování dále rozvíjet a rozšiřovat. Péče státních a stranických orgánů a ostatních organizací o masový rozvoj tělesné výchovy mládeže a pracujících přinesla do našeho tělovýchovného hnutí a tím také do lyžování nové formy práce. Zrodily se masové soutěže jako např. Sportovní hry dělnické mládeže, které přivedly k provozování lyžařského sportu skutečně masy pracujících a mládeže. A z této široké masy vyrostla řada vynikajících ĀS. lyžařů, kteří úspěšně reprezentovali na významných světových soutěžích naší socialistickou republiku.

(Pokračování na str. 2)

30 LET ČS. LYŽOVÁNÍ

(Dokončení ze str. 1)

Prvých soutěží SHDM se zúčastnilo více jak 20 000 chlapců a děvčát. Pro další masový rozvoj lyžování měly veliký význam také lyžařské soutěže zařazované jako součást zimní části československých spartakiád, které přivedly na start statisíce naší mládeže. V masovém rozvoji lyžování mají svůj podíl lyžařské běhy organizované na výzvu Pionýrských novin a lyžařské soutěže o spartakiádní vložku pořádané na počest II., III. a IV. celostátní spartakiády. Svůj podíl v masovém rozvoji sehrává i zimní rekreace pracujících ROH, při které každoročně zkušenosti lyžařští cvičitelé naučí lyžařským základům desetitisíce našich občanů. K tomuto rozvoji přispívají rovněž výchovně výchovně cvikové zájezdy školní mládeže do hor, které jsou ojedinělou formou na světě. Prakticky každému žákovi z různých typů škol je umožněn několikrát denní lyžařský výcvik. Je to konkrétní forma péče socialistického státu o mladého člověka. Toto jsou skutečnosti, které opravňovaly předsedu Svazu lyžování ÚV ČSTV s. Karla Smolu, aby na IV. sjezdu ČSTV mohl konstatovat, že lyžování patří dnes mezi nejmásovější sporty v našem státě a že podle statistik lyžuje u nás více jak 3 milióny našich občanů. Bylo by nesprávné nekonstatovat, že na tomto skutečně masovém rozvoji se především podílí soustavně se zvyšující životní úroveň našich lidí a že není prakticky rodiny, ve které by alespoň jeden člen nelyžoval. Zvýšená životní úroveň umožňuje zakoupení lyžařské výstroje a výstroje každému našemu občanovi.

Pobyt na horách není již výsadou těch, kteří na to mají a je dnes pro každého samozřejmostí. To jsou ty skutečné rozdíly mezi lyžováním za první republiky a dnes v socialistickém státě.

Bouřlivý rozvoj lyžování přináší s sebou ohromné nároky na organizování lyžařské činnosti. Je třeba konstatovat, že se zatím nepodařilo lyžařským složkám organizačně podchytit ohromný zájem o lyžování a že organizačně ovlivňují jen malé procento lyžujících veřejnosti i přesto, že lyžování patří mezi sporty s největším počtem aktivních dobrovolných pracovníků, ať jsou to cvičitelé, rozhodčí, trenéři nebo ostatní funkcionáři.

V lyžařských oddílech je registrováno necelých 100 000 členů a to je skutečně málo v porovnání s masou lyžujících veřejnosti. Přesto však patří lyžování i v počtu organizovaných členů mezi nejmásovější sporty v ČSSR.

Na úseku závodního lyžování je historie 30 let od osvobození naší vlasti Sovětskou armádou skutečně bohatá. Díky soustředěné péči státu o rozvoj tělesné výchovy po únorovém vítězství pracujícího lidu se postupně vytvářely podmínky také pro rozvoj výkonnostního a vrcholového lyžování. Konkrétním projevem této péče byl první ročník Tatranského poháru, pořádaného v roce 1950 ve Vysokých Tatrách. Na tehdejší poměry ve světovém lyžování to byly závody nebyvalého rozsahu s perfektní organizací. Pro naše lyžování měl Tatranský pohár význam především v tom, že jsme poprvé u nás přivítali širokou špičku nejlepších evropských závodníků a měli jsme možnost porovnat s nimi úroveň našeho závodního lyžování.

Od té doby se začínají systematicky zkoumat a prověřovat tréninkové metody předních světových závodníků. Zkušenosti se přejímají od severských států a počínaje rokem 1950 ze Sovětského svazu. A byla to právě sovětská fyzkultura a sovětský lyžařský sport, který nám sloužil jako vzor a který nám poskytl první organizační a metodické podklady k vybudování trenérské práce a k výchově kvalifikovaných trenérských kádří. Koncepčně se přejímají sovětské zkušenosti po roce 1954, kdy tak suverénně vstoupilo sovětské lyžování na mistrovství světa ve Falunu do světových lyžařských soutěží.

Dobrá a kvalifikovaná trenérská práce se stává základem, na kterém jsou postaveny pozdější úspěchy našeho lyžování. Je třeba vzpomenout, že první základy k cílevědomé trenérské práci byly dány organizováním první školy dobrovolných trenérů v roce 1951 na Tatliákově chatě na Roháčích, které se zúčastnilo 24 frekventantů. Tím byly vytvořeny první kroky k systematické výchově trenérských kádří, které jsou rozhodujícími činiteli při zvyšování úrovně závodního lyžování.

Je pozoruhodné, že frekventanti této první školy lyžař-

ských trenérů se při hodnocení na závěr kursu zavázali, „že budou dále zvyšovat svoji odbornou a politickou úroveň a působit na své svěřence tak, aby z nich vychovávali uvědomělé občany naší lidově demokratické republiky“. Ze tato slova nezůstala jen na papíře svědčí skutečnost, že celá řada bývalých lyžařských reprezentantů a závodníků výkonnostních tříd zastává dnes významné funkce v politickém a hospodářském životě naší vlasti. V dalších letech byla uspořádána celá řada trenérských škol, kursů a seminářů, z nichž téměř každoročně vycházelo několik desítek nových trenérů, takže dnes je evidováno a v lyžařských oddílech pracuje více jak 1000 dobrovolných trenérů.

Navazující na závěry první školy lyžařských trenérů je vždy při výchově nových trenérů a při vedení tréninku kladen prvořadý význam na rozvoj morálně volných vlastností člověka a na jeho uvědomělý přístup k veškeré činnosti v lyžařských oddílech. To jsou aktiva, která se hrála rozhodující úlohu v celém vývoji našeho závodního lyžování.

Významnou měrou se na zvyšování úrovně závodního lyžování podíleli také trenéři z povolání. Základ k této specializované profesi byl dán prvou roční trenérskou školou, otevřenou v roce 1954 při Institutu tělesné výchovy, kterou absolvovalo 16 lyžařských trenérů. Dnes již pracuje v lyžařských složkách 44 trenérů z povolání, kteří budou v současné době zařazeni do středisek vrcholového sportu a do středisek vrcholového sportu mládeže.

Soustavná péče lyžařské sekce a později lyžařského svazu o výchovu a odborný růst kvalifikovaných trenérských kádří se výrazně projevila ve stále se zvyšující úrovni závodního lyžování.

Jména Cardal, I. Matouš, Čillík, Harvan, Hrubý, Fajstavr, Henrych, Remsa, Felix, J. Matouš, Motejlek, Divila, Hubáč, Raška, Höhn, Kodejška, Melich, Olekšák, Rygl, Henrich, Krasula, Krajčák, Bogdál, Čermák, Soltýs, Pažout, Sochor, Zeman, Lauermannová, Paulusová, Patočková, Bartošová, Paulů, Moserová-Frösllová, Vagnerová, Kuzmanová a další — jsou mezi lyžařskou veřejností pojmem. Zapsala se trvale do historie československého závodního lyžování a čs. lyžařské reprezentace. V jejich šlépějích kráčí další tisíce mladých závodníků, kteří chtějí také jednou úspěšně reprezentovat svoji socialistickou vlast. Z úspěchů čs. lyžování ve vrcholných světových soutěžích v posledních 30 letech je třeba uvést alespoň několik příkladů. Prvé velmi dobré výsledky se dostavily na zimních olympijských hrách 1956 v Cortině d'Ampezzo ve výkonech a umístění K. Henricha ve sjezdu a I. Matouše v běhu. V následujících letech nebyly dobře využity dobré podmínky a projevila se určitá stagnace ve výkonnosti našich reprezentantů.

Až v roce 1964 na ZOH v Innsbrucku získává J. Matouš 4. místo ve skoku a stává se neúspěšnějším čs. závodníkem v poválečných letech. Dalších výborných výsledků docílil J. Raška na mistrovství světa 1966 v Oslo, kde je dvakrát čtvrtý ve skoku. Vynikajících úspěchů dosáhl naši závodníci na zimních olympijských hrách v roce 1968 v Grenoblu, kde J. Raška získává pro ČSSR první zlatou medaili za vítězství ve skoku na středním můstku a stříbrnou medaili za druhé místo ve skoku na můstku s normovým bodem 90 m. Výborným výsledkem je také čtvrté místo T. Kučery ve sdruženém závodě. Výsledky J. Rašky jsou do té doby největšími úspěchy československého lyžování v celé jeho historii. Deset roků po šedesátých letech se tak zapisuje zlatým písmem do historie rozvoje čs. závodního lyžování.

V roce 1970 na skvěle organizovaném mistrovství světa ve Vysokých Tatrách získává pro ČSSR další zlatou medaili L. Rygl v nejtěžší lyžařské disciplíně, v závodě sdruženém. Výborných výsledků dosahuje také J. Raška, H. Šikolová a ČSSR se v celkovém hodnocení národů dostává poprvé na třetí místo a poprvé vůbec nechává za sebou severské země.

Výborné výsledky pokračují i na zimních olympijských hrách 1972 v Sapporu, na kterých se H. Šikolová umístila jako třetí v běhu žen a získává pro ČSSR první olympijskou medaili v celé historii čs. běhu na lyžích.

Prokazatelně se mezi světovou špičku dostávají naši

reprezentanti na mistrovství světa 1974 ve švédském Falunu. Tato 13. mistrovství světa v klasických disciplínách se stala významnou kapitolou československého lyžování. Dvě stříbrné medaile B. Paulů za běh žen na 5 km a St. Henycha za běh na 50 km, bronzová medaile čs. štafety žen na 4x5 km (A. Bartošová, G. Sekajová, M. Jaškovská a B. Paulů), bronzová medaile R. Höhlna za třetí místo ve skoku na velkém můstku, šesté místo K. Kodejšky a 7. místo L. Škody také ve skoku na velkém můstku, jsou nejvýznamnějšími úspěchy v historii čs. lyžování. V počtu získaných medailí se umísťuje ČSSR na třetím místě za NDR a Sovětským svazem.

V této stručné bilanci vynikajících výsledků našich reprezentantů ve světových soutěžích je třeba ještě uvést bronzovou medaili J. Rašky na mistrovství světa v letech na lyžích v roce 1972 v Planici a K. Kodejšky v roce 1973 v Oberstdorfu a jeho dosavadní největší úspěch a získání zlaté medaile za vítězství v letech na lyžích na letošním mistrovství světa v Kulmu. To je první titul mistra světa v roce 1975 pro ČSSR ze všech sportovních odvětví.

K radostné bilanci úspěchů čs. lyžování za 30 let po osvobození naší vlasti Sovětskou armádou se řadí i naši sjezdáři, kteří se postupně také propracovávají do světové špičky ve slalomu a obřím slalomu. M. Pažout se stal akademickým mistrem světa, Zeman získal bronzovou medaili za 3. místo na mistrovství Evropy juniorů v roce 1974 a stříbrnou medaili za mistrovství Evropy juniorů

v roce 1975. Vynikajících výsledků dosáhli v letošní sezóně také M. Sochor a D. Kuzmanová, kteří se propracovali do světové špičky v soutěžích Světového a Evropského poháru.

Bylo by nesprávné nezpomenout, že i v minulých desetiletích se stali naši reprezentanti D. Motejlek v r. 1964 a J. Raška v r. 1969 světovými rekordmany ve skoku na lyžích výkony 142 a 164 m.

Bilance výsledků našich reprezentantů ve světových soutěžích v poválečných letech a především pak v posledním desetiletí je výborná. Svědčí o systematické práci trenérů a houževnatosti, pílí a kázni reprezentantů, kteří plně využívají vynikajících podmínek, vytvořených pro jejich práci a přípravu péči řídicích orgánů čs. tělovýchovy.

Historie rozvoje lyžování v 30 letech po osvobození naší vlasti Sovětskou armádou je skutečně bohatá. Lyžařský sport zaznamenal nebývalý rozmach jak v rozvoji masového základny, tak i v rozvoji výkonnostního a vrcholového sportu. Bylo to umožněno díky nebývalým podmínkám a podpoře tělesné výchovy, která se stává v socialistickém státě téměř samozřejmostí. Na dobrých výsledcích se podílejí desetitisíce obětavých lyžařských činovníků, kteří svou cílevědomou a pilnou prací usilují každodenně o to, aby přispěli k upevnění zdraví našich občanů a ke slávě naší socialistické vlasti.

JIRÍ PILAŘ a JINDŘICH HOCH
členové předsednictva VSL ÚV ČSTV

MÁME MISTRA SVĚTA V LETECH NA LYŽÍCH

Kodejška dolétl pro zlatou medaili



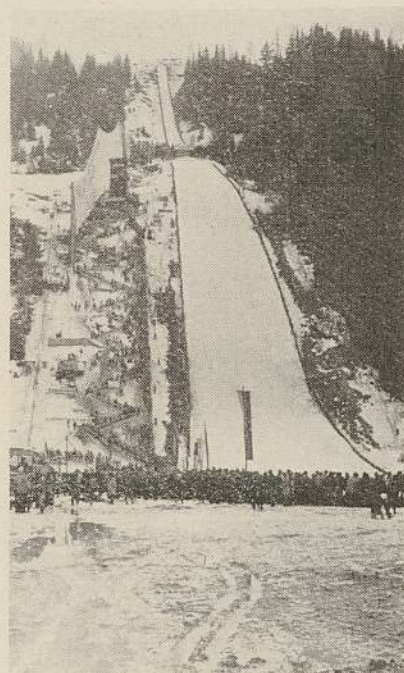
Vítězství Karla Kodejšky v 3. mistrovství světa v letech na lyžích 14.–16. března na rakouském Kulmu je největším úspěchem čs. lyžování v letošní sezóně. Ocenil je i předseda vlády ČSSR Lubomír Štrougal, který zaslal novému mistru světa do Bad Mitterndorfu telegram tohoto znění: „Srdečně Vám blahopřeji k významnému sportovnímu úspěchu a děkuji za příkladnou reprezentaci naší socialistické vlasti.“ Předseda ÚV ČSTV Antonín Himl v přítomnosti místopředsedy ÚV ČSTV dr. Rudolfa Duška a vedoucího oddělení sportů ÚV ČSTV

Aloise Sokola přijal 28. března Karla Kodejšku a udělil mu čestný titul zasloužilý mistr sportu. Ocenil jeho svědomitou přípravu a dobré výsledky v letošní sezóně, které vyvrcholily vybojováním titulu mistra světa v letech na lyžích. Antonín Himl zdůraznil, že Karel Kodejška je dobrým příkladem pro naši sportovní mládež a mladé reprezentanty. Jáchyma Bulína vyznamenal čestným titulem vzorný trenér a popřál mu hodně zdaru v přípravě skokanů na ZOH 1976 v Innsbrucku.

Světový šampionát v letech na lyžích byl mimořádnou sportovní událostí a soustředil velký zájem nejen příznivců lyžování, ale i těch, kteří obdivují odvážné sportovní výkony. Televizní přenosy z rakouského Kulmu se totiž uskutečnily do osmnácti zemí a zajímavým průběhem udržely v napětí statisíce televizních diváků až do posledního nedělního letu. Postaral se o to především čs. reprezentant Karel Kodejška se startovním číslem 38, který jako předposlední závěrečným vynikajícím výkonem vybojoval zlatou medaili. Po pádu v prvním kole závěrečného dne, při němž si odřel levou ruku, se nenechal deprimovat. Potvrdil dobré nervy a příkladnou bojovnost a v závěrečném

kole druhým nejdelším, stylově dokonalým letem si vybojoval světové prvenství. A tak po skončení závodu při slavnostním vyhlášení vítězů medaili na dojezdu kulmského mamutího můstku zazněla československá státní hymna. Byl to další významný úspěch čs. lyžování.

Třetí světový šampionát znovu potvrdil, že čs. skokani jsou velmi dobrými letci na lyžích a i v letošní sezóně patří ke světové špičce. Ještě na žádném mistrovství světa v této lyžařské disciplíně nevyšla ČSSR naprázdno. Na prvním světovém šampionátu v roce 1972 v jugoslávské Planici vybojoval bronzovou medaili Jiří Raška, o rok později v Oberstdorfu (NSR) tento úspěch zopakoval Karel Ko-



Kulmský mamutí můstek, který byl dějištěm letošního mistrovství světa v letech na lyžích. Na levé straně nylonová síť proti východnímu větru

dejška. Letošní třetí ročník byl pro čs. lyžování vyvrcholením a Karel Kodejška stanul na nejvyšším stupni. Odměnou mu byly tři poháry a dvě zlaté medaile.

Až dosud mistrovství světa v letech na lyžích trpěla nepřízní počasí a nebyla nikdy uskutečněna v plném plánovaném rozsahu. Letos poprvé se v plném rozsahu konal plánovaný trénink i všechny tři soutěžní dny. Jisté k tomu přispěla i nylonová síť, která bránila proniknout silnějšímu východnímu větru. Měření síly větru v prů-

K VÝKONŮM ČS. SKOKANŮ



Vítězové medailí a pohárů na světovém šampionátu. Zleva druhý Rainer Schmidt (NDR), nový mistr světa Karel Kodejška a třetí Rakušan Karl Schnabl

běhu světového šampionátu ukázalo, že několikrát rychlost větru před stěnou byla až 8 m/vt., za sítí pak menší než 2 m/vt. Tato investice se tedy pořadatelům vyplatila a o nylonovou síť mají zájem i další mamutí můstky.

JEN BRONZOVÁ MEDAILE PRO FAVORIZOVANÉ RAKUŠANY

Po úspěchu rakouských skokanů na Intersportturné, předolympijských závodech v Seefeldu a na dalších závodech se očekávalo, že na domácím sněhu na Kulmu bude i mistrovství světa v letech na lyžích jejich záležitostí. Tyto předpoklady mnoha lyžařských expertů se nesplnily. Dobře létající zkušený Reinhold Bachler měl již první den těžký pád a byl převezen do nemocnice, z ostatních až závěrečný den Karl Schnabl vybojoval bronzovou medaili. Schnabl také první den soutěže vytvořil nový rekord můstku letem 151 m, jímž překonal dosavadní rekord P. Lessera (NDR) 145 m z roku 1965 o šest metrů. Hans Wallner byl pátý a Edi Federer patnáctý.

Dvacetiosmiletý Karel Kodejška potvrdil v soutěži vyrovnanými výkony dobrou formu. Po prvním dnu byl třetí, v sobotu druhý a v závěrečném soutěžním dnu v neděli 16. března si vybojoval prvenství. Druhé místo po třídenních bojích v soutěži 40 skokanů z třinácti zemí obsadil 26letý Rainer Schmidt (NDR) a bronzovou medaili získal jedenadvacetiletý Rakušan Karl Schnabl. Překvapením prvních dvou dnů byl 31letý Nor Frithjof Prydz, který vedl v mistrovství, ale nakonec se musel spokojit čtvrtým místem a zůstal bez medaile. Prydz měl stylově velmi dobré lety a při čtvrtěním tréninku mu naměřili největší délku bez pádu ze všech startujících — 136 m. Kodejška ve druhém tréninkovém kole měl nejdelší skok 148 m, ale po doskoku si hrábl, aby se mu nerozjely lyže.

Při hodnocení výkonů čs. reprezentantů je nutno konstatovat, že v současné době jen Karel Kodejška a kapitán skokanského družstva Rudolf Höhnl byli vyrovnanými soupeři mezinárodní skokanské elitě při mistrovství světa v letech na lyžích. Mezi nimi a dalšími členy čs. reprezentačního kolektivu byl značný rozdíl ve výkonnosti. Jindřich Balcar a zejména Leoš Škoda neskákali tak, jak se od nich očekávalo. Při čtvrtěním tréninku se rozhodlo o zařazení do čtyřčlenného týmu mezi Ivo Felixem a Škodou. Účast si vybojoval devatenáctiletý Felix, pro kterého byl šampionát první příležitostí k získání zkušeností na mamutím můstku. Možno říci, že nezklamal a mistrovství světa bylo pro něho velkou školou. Letem 119 m poslední den si vytvořil svůj osobní rekord. Při svědomitosti a ctízámostivosti tohoto mladého reprezentanta možno s ním v budoucnosti počítat jako s perspektivním skokanem. Má nejlepší předpoklady, aby pokračoval ve šlépějích svého otce, bývalého mistra republiky Františka Felixe. Další tři čs. závodníci Jaroslav Balcar, Emil Babiš a Jozef Lepko se při mistrovství světa v letech na lyžích uplatnili jako předskokani. Dalším předskokanem při soutěži byl Leoš Škoda, který se pro závod nekvalifikoval. Nejvíce letů z nich absolvoval Jaroslav Balcar, který také dosahoval největších délek z čs. předskokanů.

ZMĚNY VE SVĚTOVÉ ŠPIČCE

Ve srovnání s posledním světovým šampionátem před dvěma roky v Oberstdorfu došlo v pořadí nejlepších letců na lyžích k podstatným změnám. Na kulmský mamutí můstek nepřijel obhajovat mistrovský titul Hans-Georg Aschenbach (NDR), který se stále nemůže dostat do loňské formy, v níž vybojoval dva tituly na mistrovství světa ve Falunu a zatím neskákal v dobré psychické pohodě. Švýcar Walter Steiner, první mistr světa v letech na lyžích v Planici a druhý v Oberstdorfu, po těžkém pádu na začátku sezóny a operaci se pomalu dostává do tempa. Jeho lety měly stoupající tendenci, ale po slabším začátku stačily již jen na osmé místě. Kodejška z třetího stupínku v Oberstdorfu postoupil letos na nejvyšší. Dietrich Kampf, který byl na 2. mistrovství světa čtvrtý, se zranil při závěrečném tréninku na Štrbském Plese a na Kulm neodjel. Rudolf Höhnl z pátého místa klesl na jedenácté, Jurij Kalinin (SSSR) v Oberstdorfu šestý, se zranil při sobotních letech a závod nedokončil. Sedmý Leoš Škoda se pro závod nekvalifikoval, stejně jako devátý Rakušan Walter Schwabl a desátý Kanaďan Peter Wilson. Japonec Hisajoši Savada z osmého místa se odsunul až na 22.

Také při mistrovství světa v letech na lyžích se znovu potvrdila snaha po novinkách v lyžařské výzbroji a výstroji. Z lyží se objevil nový model skoček Elan z umělé hmoty, zelené barvy s červeným a tmavým pruhem. Reprezentanti NDR se vrátili k lyžím jejich výroby Germina (dříve Poppa). V souboji výrobců lyží si úspěšně

vedly čs. skočky Sokol, vyráběné národním podnikem Sport v Novém Městě na Moravě, na nichž skákal nový mistr světa Karel Kodejška a Jindřich Balcar. Kromě Rakušanů přijeli s novými kombinážími reprezentanti NDR, Švýcaři, Japonci a další závodníci. V daleko větší míře se užívají opěrky na botách, mnohem větší péče se věnuje mazání lyží. Zejména rakouské firmy Fischer a Kneissl mají týmy, které se starají o namazání lyží závodníkům. Pečlivě je sledována nájezdová rychlost, důležitá pro délku letů. Vědecký výzkum v této lyžařské disciplíně dále pokračuje.

HOVOŘÍ MISTR SVĚTA

„Jsem rád, že se mi to podařilo,“ to byla první slova nového mistra světa Karla Kodejšky po závodě. „Úkolem našeho družstva bylo vybojovat na mistrovství světa medaili. Všichni členové naší výpravy se snažili, abych nastupoval k rozhodujícímu závodům v dobré pohodě. Těší mne, že jsme je nezklamali a přispěl svým výkonem k sportovním úspěchům naší socialistické vlasti.“

Ze soboty na neděli se mi příliš dobře nespalo. Myšlenky byly všelijaké, věděl jsem, že mám vyhlídky na medaili, jako že mohu upadnout. Snažil jsem se tyto myšlenky potlačit. Probudil jsem se asi v 5.30 hod. Nechtěl jsem myslet na závod, ale myšlenky se znovu vracely. Byl jsem rád, když přišel Jáchym Bulín, abych stával a šel na rozcvičku. Pořádně jsem se rozhýbal. Po snídani jsem si namazal lyže, vyčistil boty a oddychl si, když jsme odjeli k můstku. Když jsem šel na první skok, hrozně rád bych si byl věřil, ale stále jsem měl v hlavě, že jsem dost skoků „odhrabal“. Věděl jsem, že let musím dotáhnout do konce a nesmí mi to podjet. Při prvním letu po vyjítí ze stolu se mi zdálo, že skočím dost daleko. Potom jako bych najednou ztratil vzduchovou polštář zpod lyží, letěl jsem trochu po hlavě dolů. Částečně jsem ubral a v tom jsem dostal pod lyže vztlak



Nor Frithjof Prydz dva dny vedl v soutěži, nakonec skončil čtvrtý

Členové čs. reprezentačního družstva na mistrovství světa v letech po slavnostním nástupu. Zleva Rudolf Höhnl, Ivo Felix, Jindřich Balcar, předseda skokanského úseku a vedoucí čs. výpravy Josef Skrbek a Karel Kodejška



a už jsem dopadl na straň. Myslel jsem, že skočím dál, že poletím přes 145 m. Určitě to bylo špatným odrazem v té velké rychlosti. Při letech sebemenší chybička vyjde najevo. Zřejmě jsem se trochu brzo odrazil.

Mrzelo mne, že jsem první skok nestál a že nemám na čem stavět. Nestoupal jsem znovu na věž s velkým optimismem. Ale říkal jsem si: musím bojovat, buď - a nebo! Umínil jsem si, že druhý let musí být dlouhý a musím ho ustát, vždyť není žádné jiné cesty. Požíval jsem na Wosipiwa, který skákal přede mnou, vše bylo v pořádku. Stopa byla klidná, musím se na to soustředit. Soudruh Skrbek na mě volal: pořádně se odraz a dotáhni to! Odraz se mi podařil, poletím daleko. Asi nad 120 m mne to „koplo“, pak jsem se blížil ke 150 m. Trochu mne to nadneslo, hlavně to odjet. Podařilo se přistát výborně, trochu mne zabolelo koleno, ale když jsem byl na dojezdu, již jsem věděl, že nějaká medaile bude!

Rád létám, ale nevím, zdali to nebyly moje poslední lety. Potřebuji si zajistit pořádnou existenci. Mám v oblibě velké můstky. Na malých se připravuji na velké, ale nerad na nich závodím. Z mistrovství světa už zase pospícháme na Tatranský pohár, takže oddych zatím nebude.“

Trenér Jáchym Bulín: „Jsem rád, že mistrovství světa v letech je za námi. Karel nám pořádně zahrál na nervy. Chtěl závod rozhodnout prvním skokem, ale brzo se odrazil. Byl nejlepším „letcem“, měl vyrovnané výkony a jeho výsledek tomu odpovídá.“

Kapitán družstva Rudolf Höhnl: „Karel vyhrál zaslouženě, byl skutečně nejlepší. Celou letošní sezónu podával dobré výkony. Já jsem neskákal na Kulmu v dobré formě, lety jsou pro mne trochu utrpením, nemám je příliš rád. Se svým výkonem jsem byl spokojen jen druhý den. Ivo Felix jel na mistrovství světa na zkušenu a jeho výsledek není zklamáním. Jindra Balcar není se svým výkonem spokojen.“

Hned po skončení závodu byl Karel Kodejška středem pozornosti a dostalo se mu a trenéru Jáchymu Bulínovi četných gratulací od ostatních závodníků, trenérů, vedoucích výprav a návštěvníků, kteří chtěli odjet domů s autogramem nového mistra světa. Malá oslava vybojování mistrovského titulu se konala v hotelu Grimmblick v Bad Mitterndorfu, kde byla čs. výprava ubytována. Velkou radost měl i komerční rada Otto Cisar, že v jeho hotelu bydlel nový mistr světa. Při večeru na rozloučenou připravil pro čs. výpravu nejlepší stůl a přišel si přituknout s vítězem zlaté medaile. Potěšila jeho slova o vzorném vystupování a skromnosti našich reprezentantů. Při večerním vyhlášení výsledků na malém náměstíčku v lázeňském městečku Mitterndorfu byli čs. skokani srdečně pozdravováni místními občany i četnými hosty.

Světový šampionát byl dobře organizován, početná byla účast zahraničních novinářů, rozhlasových reportérů a televizních komentátorů. I při oblevě byl můstek dobře připraven. Nepříznivé počasí mělo vliv na návštěvu. V průběhu tří dnů sledovalo boje nejlepších „letců“ na lyžích asi 50 000 diváků. Pořadatelé očekávali návštěvu 80 000—100 000 příznivců lyžařského sportu. Přijely početné výpravy také ze Švýcarska a NSR. Z Lince byly v sobotu a v neděli vypraveny zvláštní vlaky. Zejména v neděli parkovaly podél dálnice Salcburk—Štýrský Hradec a na okolních cestách několikakilometrové kolony aut.

Třidenní mistrovství světa mělo každý den na programu po dvou letech, z nichž vždy ten lepší se započítával do celkové klasifikace. Nejdelší let v každém kole [i s pádem] se hodnotil 120 body a každý metr méně znamenal ztrátu 1 bodu. K bodům za délku se přičítaly body stylových rozhodčích. Bodové hodnocení letů na lyžích je stále předmětem diskusí. Bylo tomu tak i na zasedání skokanské komise Mezinárodní lyžařské federace (FIS), která se konala při mistrovství světa. Pro letošní květnový kongres FIS v San Francisku bude předloženo několik návrhů na úpravu pravidel světového šampionátu v letech. Bude mezi nimi i československý návrh, který doporučuje, aby 120 body se hodnotil průměr nejlepších pěti letů v každém kole. Zasedání skokanské komise a subkomise pro stavbu můstků FIS se zúčastnil také čs. zástupce a předseda subkomise Milošlav Bělonožník. Jedním ze stylových rozhodčích mistrovství světa byl PhMr. Zdeněk Tameš, který shodou okolností styloval všechny tři dny.

VÝSLEDKY

1. den - pátek 14. března: 1. Frithjof Prydz (Norsko) 173,5 b. (141 m), 2. Rainer Schmidt (NDR) 172,0 (142), 3. Karel Kodejška (ČSSR) 170,5 (141), 4. Karl Schnabl (Rakousko) 168,0 (151 m - nový rekord můstku) a Johan Danneberg (NDR) 168,0 (143), 6. Alexandr Karapuzov (SSSR) 160,5 (131), 7. Heinz Wosipiwo (NDR) 160,0

(145), 8. Johan Sätre (Norsko) 159,5 (130), 9. Alfred Grosche (NSR) 157,5 (145), 10. Edi Federer (Rakousko) 155,5 (128). — Umístění dalších čs. reprezentantů: 16. Rudolf Höhnl 141,0 (130), 35. Jindřich Balcar 126,5 (109), 39. Ivo Felix 115,5 (100).

2. den - sobota 15. března: 1. Kodejška 171,0 (144) a Walter Steiner (Švýcarsko) 171,0 (142), 3. Höhnl 170,5 (131), Wosipiwo 170,5 (129) a Prydz 170,5 (128), 6. Danneberg 169,5 (143), 7. Hans Wallner (Rakousko) 169,5 (142), 8. Schmidt 168,5 (140), 9. Jurij Ivanov (SSSR) 166,5 (128), 10. Koji Kakuta (Japonsko) 163,5 (135). — 29. Felix 139,5 (95), 32. Jindřich Balcar 138,0 (115).

3. den - neděle 16. března: 1. Schnabl 175,0 (145), 2. Ivanov 172,0 (150), 3. Kodejška 171,0 (143), 4. Wallner 170,5 (148), 5. Steiner 170,0 (146), 6. Karapuzov 165,5 (143), 7. Schmidt 164,5 (140), 8. Wosipiwo 159,0 (136), 9. Odd Hammernes (Norsko) 156,5 (135), 10. Viktor Pirožkov (SSSR) 152,5 (132), a Prydz 152,5 (130). — 21. Felix 135,0 (119), 26. Jindřich Balcar 132,0 (116).

Konečné pořadí mistrovství světa: 1. Kodejška 512,5 b. (141+144+143), 2. Schmidt 505,0 (142+140+140), 3. Schnabl 503,5 (151+122+145), 4. Prydz 496,5 (141+128+130), 5. Wallner 492,5 (139+142+148), 6. Wosipiwo 48,95 (145+129+136), 7. Danneberg 486,5 (143+143+124), 8. Steiner 484,5 (134+142+146), 9. Karapuzov 478,0 (131+118+413), 10. Ivanov 474,5 (128+128+150), 11. Höhnl 463,0 (130+131+132), 12. Grosche 461,0 (145+137+125), 13. Hammernes 456,0 (129+119+135), 14. Sätre 455,5 (130+117+124), 15. Federer 450,0 (128+110+126), 16. Pirožkov 448,0 (129+120+132), 17. Kakuta 445,5 (128+135+118), 18. Jerry Martin (USA) 433,5 (121+120+119), 19. Josef Bonetti (Švýcarsko) 433,0 (128+119+119), 20. Bogdan Norčič (Jugoslávie) 419,0 (120+123+119). — 31. Jindřich Balcar 396,5 (109+115+116), 33. Felix 390,0 (100+106+119).

JAROSLAV TROUSIL

Tisíc bežcov na Bielej stope SNP

V snahe čo najďôstojnejšie zapojiť sa do osláv 30. výročia SNP rozhodol sa vlani výbor LO TJ Kremnica spolu s výborem LO TJ Dukla Banská Bystrica usporiadať vytrvalostný pretek v behu na lyžiach „Biela stopa SNP“. Organizátori si dali za cieľ spojiť veľkú ideu SNP s náročnou športovou súťažou, ktorou by sa položili základy pre prvý masový vytrvalostný pretek v behu na lyžiach na Slovensku. Zámer sa podaril. Na prvom ročníku štartovalo 473 pretekárov, z toho 52 priamych účastníkov SNP.

Už prvý ročník naznačil, že o beh vytrvalostného charakteru je veľký záujem. Pretek prechádza miestami, kde za SNP došlo k bojom, svojou trasou sa dotýka pamätníkov a motom sa mu stala myšlienka: „Výfazom nie je prvý, ale každý, kto prejde cieľom v Banskej Bystrici.“ Druhý ročník bol o to významnejší, lebo sa uskutočnil v roku 30. výročia oslobodenia ČSSR slávnou Sovietskou armádou a ÚV ČSZTV ho zaradil medzi športové súťaže v rámci Československej spartakiády 1975.

Na štart 16. II. sa prihlásilo 1012 pretekárov, z toho 75 priamych účastníkov SNP a 58 žien. Súťažilo sa celkom v šiestich kategóriách. Trať mužov merala 53,7 km, trať žien a priamych účastníkov SNP 17,7 km. V preteku štartovali aktívni pretekári, bývalí pretekári, turisti, zástupcovia iných športov a ostatní registrovaní aj neregistrovaní. Z bývalých pretekárov štartoval m. š. Jozef Krasuľa, m. š. ing. Štefan Harvan, Ondrej Rusko, Štefan Slivka, dr. Otto Podolinský, ing. Ladislav Harvan, CSC., pplk Karel Černý.

Zvlášť cenná bola účasť Kataríny Pruknerovej zo Zvolena, ktorá bola jedinou štartujúcou účastníčkou SNP a organizátori pre ňu nepočítali v rozpise s kategóriou. Vyriešili to originálne: „Bojovala som v SNP s mužmi — chcem s nimi aj tentoraz bojovať.“ A bojovala dobre — zanechala za sebou mnohých. Michal Chudík, československý veľvyslanec v Bulharsku, prišiel na Bielu stopu až z Bulharska, kde sa na Vitoši pripravoval s bulharskými bežcami. Najstarším účastníkom vôbec bol 70-ročný prof. RNDr. Karol Stráňai, CSC., priamy účastník SNP. Najstarší na trati 53,7 km dlhej bol 63-ročný Ján Wágner z Kremnických Baní.

Štart hlavnej kategórie bol na Krahuliac pri Kremnici v nadmorskej výške 900 m. Trať pokračovala cez Hurček, Handel, Kordické sedlo, Skalku (štart kategórie žien a účastníkov SNP), Kráľické sedlo, Zlatú studňu, Králiky až do cieľa, ktorý musel byť umiestnený pre nedostatok snehu do obce Kordíky pri Banskej Bystrici.

Trať je charakteru horského. Vedie po lesných cestách, využívajúc hlavný hrebeň Kremnického pohoria v smere sever—juh, ktorý súčasne vy-



Na trati kategórie b mužů na Skalce na 37. km, kde vedl Ján Michalko (štartovní číslo 1) pred P. Mlynárom (5), víťazem kategórie J. Luptákom (873) a F. Schürgerem (867)

tvára najväčšiu prekážku, ktorú musia pretekári prekonať. Najväčšie prevýšenie je v prvej tretine, druhá tretina je charakteru rovinatého, vedúca klasickým bežeckým terénom. Posledná tretina má charakter klesania do údolia Hrona s ťažším výstupom 1 km pred cieľom. Pôvodná trať s cieľom v Banskej Bystrici, ktorej posledná tretina sa tohto roku nemohla bežať, má tieto parametre: dĺžka 53,7 km, najvyšší bod 1270 m, najnižší bod 360 m, výškový rozdiel 910 m, súčet stúpaní (MT) 1250 m, neprerušené stúpanie (MM) 530 m, neprerušené klesanie 420 m.

Vzhľadom na náročnosť terénu a veľké prevýšenia na trati bolo umiestnených 5 občerstvovacích staníc a 9 stanovíšť Horskej služby. Spojenie bolo uskutočnené pomocou 7 rádiostaníc cez televízny vysielač Suchá hora. Na trati slúžilo pretekárom 12 technikov na 3 servisoch „SKIVO“. Žiaľ, treba povedať, že ani napriek veľkému úsiliu organizátorov sa nepodarilo zaistiť cez obchodnú sieť dostatočný počet voskov, o sortimente vôbec nehovoriac. Bežecký vosk, ktorý by umožnil zmierniť námahu a trápenie väčšiny účastníkov na mokrom alebo zľadovatenom snehu, naša výroba nevie poskytnúť. Aj napriek týmto okolnostiam vzdalo v preteku len 7 pretekárov, z toho 4 z technických dôvodov (zlomené obe lyže).

Po celej trati až na 2 km tesne po štarte bolo dostatok starého rýchleho snehu, ktorý dosahoval vrstvu 50—110 cm. Nedostatok snehu v prvých 2 km sa podarilo vyriešiť za výdatnej pomoci mechanizmov a vodičov Rudných baní, závod Kremnica, ktorí za dva dni navozili 2500 m³ snehu a vytvorili tak pláň, na ktorej mohla byť vytvorená štvorstopa. Technici v počte 80 ľudí zabezpečili včítane štartu a cieľa spolu 108 km bežeckých stôp. Po celej trati bola narysovaná dvojestopa, takže už zhruba od 10 km bolo umožnené pretekárom plynulé predbiehanie. Na trati pracovali 2 ratraky SR, ktoré pre tento účel zapožičali

ÚTZ z Vysokých a Nízkych Tatier. Stopu narysovali 3 skútre zn. Snowtrac. Tieto súčasne v deň preteku slúžili pre potreby zdravotníckeho zabezpečenia.

Vzhľadom na to, že pretek prebiehal na priamej trati v náročnom zalesnenom teréne bez chát a obydí, bude potrebné pre zabezpečenie regulérnosti preteku, ako aj pre potreby Horskej služby počítať s ďalšími mechanizmami a perspektívne snáď aj s vrtuľníkmi.

Na záver je možné po druhom ročníku Bielej stopy povedať, že pretek získava na Slovensku značnú obľubu. Prijemným prevkapaním pre usporiadateľov boli prihlášky a počty pretekárov z ČSR, ktorí i napriek veľkým vzdialenostiam došli z Prahy, Kladna, Ostravy, Olomouca, Pardubic, Vrchlabí a ďalších miest. Prekvapil tiež počet štartujúcich žien, ktorým sa práve v Medzinárodnom roku ženy dostala možnosť štartovať, a ony ju dokonale využili.

Početná účasť priamych účastníkov SNP bola pre usporiadateľov príjemným prevkapaním a má osobitne cenné miesto v súčasnej histórii športu na Slovensku. Za všetkých aspoň slová niekoľkých:

Prof. dr. Vladimír Čerňušák, CSC., predseda SÚV ČSZTV: „Človek to musí prežiť. Som rád, že som bol jedným z účastníkov behu Biela stopa SNP. Pokladám si to za svoju česť. Trať viedla rozprávkovou krajinou. Bol by som rád, keby sa v budúcich ročníkoch prihlásilo ešte viac ľudí, ktorí by jeden deň venovali svojmu zdraviu, aby mali veľký zážitok.“

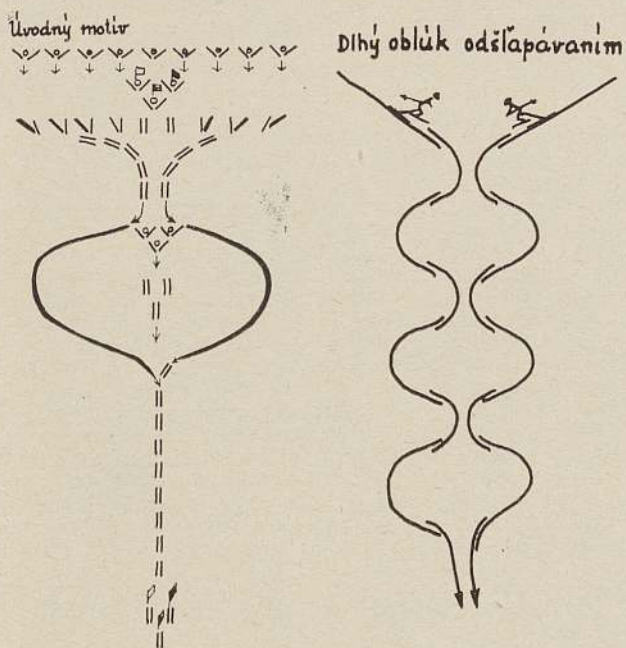
Michal Šiarnik, Smrečany, účastník SNP: „V čase SNP som v týchto miestach bojoval v partizánskej skupine „Muráň“ a bol som vážne zranený. Viete pochopiť, aký je to pre mňa pocit stáť na tomto mieste s bežkami na nohách.“

Ján Michalko, ČH Štrbské Pleso, víťaz I. ročníka: „Od začiatku, keď som sa dozvedel, že sa pretek bude konať,

(Dokončení na str. 12)

Zjazdové ukážky na INTERSKI 1975

Téma čs. príspevku na X. kongrese INTERSKI pre zjazdové lyžovanie bola „Charakteristika pohybovej činnosti lyžiara v technike smeru zjazdu“. Za metodický úsek bol jeho spracovaním poverený doc. PhDr. Miloš Zálešák, CSc., vedúci katedry turistiky a lyžovania na FTVŠ UK v Bratislave. Na základe jeho podrobnej predlohy spracoval potom spolu so s. PhDr. Samuelom Gájerom scénické a choreografické riešenie zjazdových ukážok. V príspevku prednáškou a ukážkou sa uvádza aktuálny problém vzťahu teórie a metodického praxe vo vyučovaní lyžovania. Autor, vychádzajúc zo súčasných smerov a tendencií v teórii vyučovania lyžovania, sa rozhodol oboznámiť účastníkov kongresu s výsledkami, ktoré sa u nás získali zo skúmania biomechanického základu techniky zjazdu na lyžiach.



Na základe teoretickej analýzy špecifických mechanizmov v motorickom učení, z experimentov a dlhoročnej cvičiteľskej praxe dochádza k názoru, že poznanie biomechanického základu pohybu na lyžiach pri zmenách smeru je východiskom — vytvára precedens — k hľadaniu prístupov, metód a foriem vyučovania zjazdového lyžovania. Preto ako predmet teoretického vstupu v prednáške a ukážke predkladá výsledky analýzy techniky kľúčových prvkov a fáz zmien smeru zjazdu.

Vychádza z poznania, že smer vývoja základného lyžovania určovala vždy technika vrcholovej jazdy a že bol medzi nimi vzťah pohybovo-štruktúrálnej zmeny. Preto je analýza techniky v prednáške a aj v ukážkach odvodená z najdokonalejšej súčasnej vrcholovej techniky jazdy. To nevylučuje ani dvojsmerovú kontinuitu techniky základného lyžovania na rekreačné účely a na športové zameranie.

Ako sa ukázalo, tento ideový zámer bol aktuálny, opodstatnený. Bol v plnej zhode s konštatovaním a dôkazmi viacerých prednášateľov, že sa už nevystačí len s empiriou, ale že treba obrátiť pozornosť na hlbšie teoretické skúmanie.

Na základe tohto zámeru a teoretických východísk sa potom komponoval obsah a scénický rámec ukážky.

Čs. zjazdová ukážka, tematicky ako celok ladená na analýzu techniky jazdy a jej vzťah k metodike nácviku, mala 4 časti:

1. Otvorenie — úvodný pohybový motív
2. Vstupná časť — navodenie problému, ukážky súčasnej techniky vrcholovej jazdy
3. Hlavná časť — jadro problému — analýza techniky jazdy a metodické prístupy v nácviku
4. Záver vystúpenia — záverečný pohybový motív.

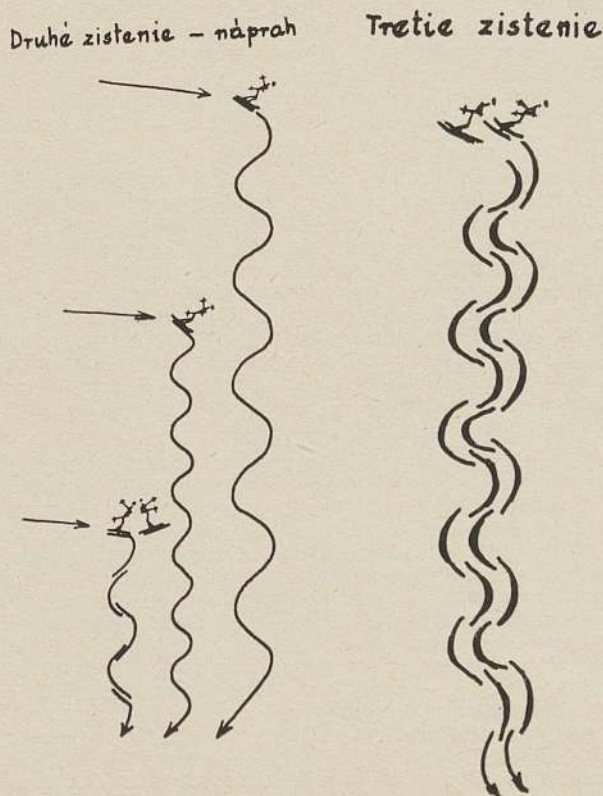
Úvodný pohybový motív (na otvorenie) — jazda 12 demonštrátorov naraz v rôzne členených útvaroch a obrazkoch mala vyjadrovať ideový zámer, v ktorom sa prostredníctvom štyroch základných operácií a prvkov zjazdu na lyžiach, a to a) zjazdu priameho ako dominantného prvku, takisto b) zjazdu šikmého, c) zjazdu v prívrate, v pluhu — ako brzdiaceho, ďalej prípravného a východiskového pre zmeny smeru, d) zjazdu v oblúku — ako finálnej pohybovej operácie — mali zvýrazniť historicky vývojové stupne zjazdu jeho techniky a čiastočne aj metodiky nácviku.

Okrem toho mal úvodný pohybový motív navyiac hromadnou jazdou celého útvaru, zmenou formácií a výrazovými prostriedkami, čs. štátnou zástavou, zástavami Interski a ČSTV, ktoré niesli v čele útvaru počas akcie traja demonštrátori, farebne ladeným oblečením (biela, modrá, červená) — symbolizovať príslušnosť a účasť ČSSR a československého telovýchovného hnutia na formovaní organizácie INTERSKI, na upevňovaní a rozvíjaní spolupráce medzi národmi v oblasti základného lyžovania. Úvodný pohybový motív symbolizoval teda obsahové zameranie ukážok, podiel československej účasti a súčasne bol aj pozdravením divákom na otvorenie čs. dňa v zjazdových a bežeckých ukážkach.

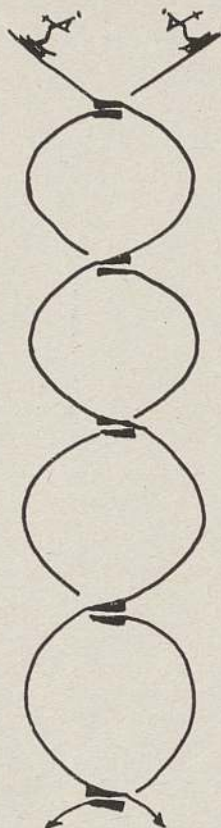
Náčrt úvodného pohybového motívu je na obr. č. 1.

Na začiatku je družstvo na vrchnej línii svahu v rade a trojica so zástavami vpredu v trojuholníku. Táto ide až do polovice svahu pluhom a potom zjazdom priamo, udržujúc vždy východiskový útvar. Ostatní sa po odstupe 15 m púšťajú tiež najskôr pluhom, potom prechádzajú v dvojitú stredom priamym zjazdom, po 10 m sa rozchádzajú, idú šikmo a veľkými oblúkmi sa zase v strede schádzajú v plnej rýchlosti do zástupu, a tak idú v zákryte v odstupe 5–7 m medzi sebou až pod tribúnu v priamom „šuse“ — sledujúc trojicu so zástavami.

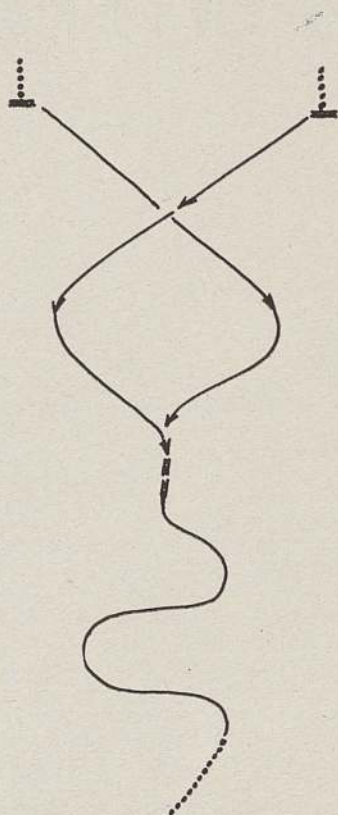
Vstupná časť — navodenie problému — sa názorne uvádza po komentári: „Určenie základných znakov pohybu sme uskutočnili na základe analýzy techniky, ktorá overila svoju účelnosť v pretekaní, tj. z pretekovej techniky.“ Na to v priebehu 3 minút nasledujú ukážky jazdy rôznou technikou, v slalomovej 15-bránkovej formácii na jednej strane svahu a 6-bránkovej formácii ob-



Spriečenie



Záverečná jazda



rovského slalomu na druhej strane svahu ako aj synchronne jazdy dvojíc stredom svahu vo voľnom teréne. Najskôr sa demonštroval v obmenách krátky oblúk — a to v dvoch jazdách v bránkach, a potom v simultánných jazdách trojice a dvojice vo voľnom teréne a podobne, no i v iných scénických útvaroch, aj dlhý oblúk (viď napr. obr. č. 2). Príslušný stručný komentár ku každej akcii, ktorý sa uvádzal v štyroch jazykoch — v poradí nemčina, slovenčina, francúzština a angličtina — a ukážka začínajúca spravidla na úvod slovenského textu, mali poukázať na veľa obmien v technike jazdy, ktoré vyplývajú z prispôbenia sa meniacim sa podmienkam a požiadavkám. Mali byť pozadím na vytvorenie myšlienkového predstavy pre odvodenie základného mechanizmu činnosti v zjazde. Sólóva jazda v bránkach, aj simultánna mimo bránok, mali zaujať diváka čistotou štýlu, koordinačnou náročnosťou a choreografickou orginálnosťou.

Predmetom hlavnej časti ukážky bola analýza z techniky jazdy v oblúkoch a návody pre metodiku. Z tejto analýzy sa vydedukovali štyri základné znaky pohybu, ktoré sa uvádzali ako zistenia. Tak napr. prvé zistenie: „Lyže sú otáčané do nového smeru nohami. Trup poskytuje oporu pre aktívne otáčanie lyží, preto sa otáča opačne ako nohy.“ Druhé zistenie: „Skôr ako začne aktívne otáčanie nôh do nového smeru, urobí lyžiar prípravné otočenie trupu do opačného smeru — rotáciu — nazývame ju náprah.“ Tretie zistenie: „Prechod — prestúpenie z jednej nohy na druhú — z vnútornej na vonkajšiu“ a štvrté zistenie — „Odras“.

Každé zistenie sa uvádzalo v inom scénickom a choreografickom riešení osobitne. Najskôr bol krátky komentár a potom ukážka vždy dvojicou, resp. trojicou demonštrátorov. Tak napr. druhé zistenie — náprah (viď obr. 3). Jeden demonštrátor to predvádzal elementárne v spodnej časti svahu najskôr na mieste a postupne prešiel v pomalej zjazde, druhý hneď po ňom z polovice svahu v malých oblúkoch a tretí už z prvej línie — až zhora — v dlhých oblúkoch. Náprah sa ukázkovo akcentoval, takže divák mal možnosť aj čas na postihnutie podstaty. Tretie zistenie (viď obr. 4) — prechod z jednej nohy na druhú — znázorňovali dvaja demonštrátori z prvej línie v simultánnej jazde vedľa seba, pričom menili dĺžku a rytmus pracovnej amplitúdy.

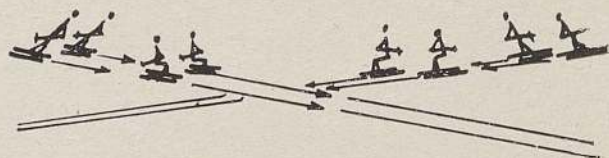
Z tejto analýzy techniky, skoncentrovanej na štyri zistenia, sa upriamuje ukážka potom na metodické prístupy

v nácviku. Hlbšiemu metodickému rozboru je podrobené zistenie „Odras a prenášanie váhy“, a to cestou cez tzv. spriečenie lyží. Odras zo spriečenia sa tu demonštruje zo štyroch polôh lyží — ako prípravných pre vchod do oblúka, priestorove a početne v rôzne členených zoskupeniach. Tak napr. šesťica demonštrátorov za sebou robí súčasne v rovnakom rytme spriečenie z prívratu nižšou v dĺžke dvoch traverzov. Po razantnom zastavení spriečením štyria ostávajú na mieste a prví pokračujú v jazde až do roviny prívratnými oblúkmi tesne nad sebou. Potom pokračuje zasa štvorica šikmým zjazdom spriečením nižšej z rozšírenej stopy jeden traverz, z nej vypadnú prví dvaja a simultánne tesne vedľa seba robia oblúky z rozšírenej stopy. Konečne poslední dvaja robia za jazdy spriečenie znožmo tak, že „zarážajú“ v riskantnej simultánnej jazde v oblúkoch skrížením proti sebe (viď obr. 5). Logickým vyvrcholením tohto motívu je kolektívna jazda krátkymi oblúkmi šiestich demonštrátorov v troch dvojiciach tesne nad sebou celým svahom. Náročná jazda na súhrnu v čase a priestore vytvára pri naznačovanom spriečení lyží v zákrytoch dojem vzájomného prelínania a vlnenia kompaktného útvaru. Táto časť ukážky ako celok, komponovaná na dynamickej a priestorovej gradácii spriečenia, má vytvoriť predstavu metodického radu, resp. algoritmu.

V hlavnej časti vystúpenia je v závere ešte analýza zrýchľovanej jazdy (zrýchľovaný oblúk) — predkopávaním. Dokazuje sa v nej, že nie je hlavné vyrovňovanie dráhy ťažiska — nerovnosti, ale zrýchlenie aktívnym pohybom nôh. Toto poznanie predznamená nový prístup v nácviku, z ktorého sa vypúšťa „pasívne prisadnutie“ ako príčina zrýchlenia pohybu, ale je „prisadnutie“ ako následok aktívneho zrýchľovania pohybu nôh. Zrýchľovací pohyb je inscenovaný v nezvyčajných formách a zoskupeniach (napr. viď obr. 6) na vlnách, v pomalej, rýchlejšej jazde, priamom, šikmom zjazde, v oblúkoch. Vrcholí trochu preexponovanou jazdou zrýchľovaním v dvojici simultánne tesne vedľa seba.

V ukázkach v hlavnej časti nášho vystúpenia nešlo o vyčerpávajúcu explikáciu techniky zmien smeru ani metodických postupov a metód používaných u nás pri nácviku. Ale vymedzením charakteristických znakov pri oblúkoch sa sledovalo pochopiť vnútorný funkčný obsah pohybu, určiť vonkajšiu formu, smer v nácviku pre stanovenie základného modelu pohybu pri zmenách smeru zjazdu.

Zrýchľovací pohyb predkopávaním



Záver čs. ukážok (obr. 7) — jazda všetkých 12 demonštrátorov najskôr v dvoch prúdoch šikmo proti sebe skrížením a po oblúku, zvodom v zástup a zjazd veľkými oblúkmi do zastavenia v rad pred tribúnu. Spoločná jazda, emotívne ladená, mala vyvolať dobrú pohodu záverečnej časti vyučovacej tréningovej lekcie, v ktorej sa všetci účastníci jednotnou činnosťou spoja do jedného útvaru, aby symbolicky vyjadřili podriadenosť vedúcej osobnosti — učiteľovi, trénerovi a pozdravili ho. Treba pripomenúť, že aj réžia vystúpenia pre navodenie optimálne vnímavej atmosféry pre diváka bola problémom. Bolo treba zväziť mieru, formu klasickej ukážky a ukážky, ktorá má vyznieť originálne, pôsobivo, rytmicky, riskantne, vtipne, atraktívne aj na spôsob show programov. Veľký problém bolo zladenie 4-jazyčného komentátora na ukážku tak, aby časove zapadli, aby bolo čím menej bezobrazných hluchých chvíľ a prestojov.

Domnievame sa, že v tejto súvislosti je treba predstaviť aj kolektív demonštrátorov. Tvorilo ho 12 ľudí, jedenásti kvalifikovaní učitelia lyžovania, siedmi z nich bývalí pretekári. Boli to: dr. Vladimír Hellebrandt, asistent FTVŠ UK z Bratislavy, a jeho brat Igor, letec-pilot z Prahy, ing. Jaroslav Balátě, Vlastimil Proks, Ladislav Kolida, učiteľia, všetci z brnianskeho lyžiarskeho okruhu, Ján Mareňčík a Ernest Száraz, zamestnanci VSŽ z Košíc, Karol Suchánek, Ivan Matušík a Ján Matejka z tatranskej lyžiarskej oblasti. Najmladší Kamil Povrazník a Peter Molčan sú poslucháči FTVŠ UK v Bratislave. Aj keď to bol kolektív výkonnosť a spočiatku aj štýlovo neširody, predsa sa

v priebehu prípravy technicky vykryštalizoval a dané úlohy dobre zvládol. Nazdávame sa, že zverejnenie ich mien bude aspoň čiastočným prejavom vďaka za dobrú reprezentáciu našej vlasti.

Poslaním tohto článku bolo oboznámiť našu odbornú lyžiarskú verejnosť s obsahom a zameraním čs. zjazdovej ukážky. Domnievam sa, že čs. príspevok, a to ako v prednáške, tak aj v ukážkach zjazdu mal jasný ideový a obsahový zámer, vychádzajúci z jedného zo základných princípov riadenia našej telesnej výchovy — z vedeckosti. Naniesol aktuálny problém teórie a metodiky základného lyžovania. Vynímal sa v ňom didaktický zámer: cez poznanie biomechanickej podstaty pohybovej činnosti k navodeniu metodických prístupov, ktorý má byť v metodickej praxi pri motorickom učení zákonom. Obsah a zameranie príspevku je v súlade s celosvetovým trendom koncentrá-

cie sa na významnú pohybovú operáciu na lyžiach, a to prenášanie váhy tela v rôznych polohách lyží voči sebe navzájom. Práve cez ňu sa logicky dokazuje kontinuita základného a pretekového lyžovania. V tomto smere bol príspevok progresívny, originálny. Ukážka — ako lekcía — splnila požiadavky základnej stavby vyučovacej jednoty. Jednotlivé časti mali zákonitú spojitost a úmernú časovú proporcionalitu. V ukážke — ako vystúpení — sa po stránke scénickej a choreografickej uprednostňovalo hľadisko významu obsahu a formy pohybových akcií, názornosti, pohybovej dokonalosti a v kolektívnych ukážkach súhry, rytmizácie. V týchto smeroch bol čs. príspevok adekvátnym obrazom úroveň teórie a metodiky základného lyžovania v ČSSR a potvrdil jej progresívny prúd v celosvetovom lyžiarskom dianí.

PhDr. SAMUEL GÁJER, FTVS UK v Bratislave

Faktory ovlivňující rychlost přímého sjezdu

Touha člověka dosáhnout co největší rychlosti pohybu se projeví v lyžařské snahou zjistit všechny faktory, které mají vliv na rychlost sjezdu. Pohyb na lyžích se děje podle určitých zákonitostí. Při jízdě je většina pohybů prováděna v postoji na lyžích při současném skluzu po sněhu.

Základními faktory pro pohyb na sněhu jsou vnitřní a vnější síly působící na lyžaře.

Vnitřními silami rozumíme činnost svalů, jejich napínání nebo uvolňování. Dále jsou síly reaktivní, vyplývající z Newtonova zákona, podle něhož každé síle odpovídá vždy stejná síla opačného směru. Z vnějšího prostředí působí na lyžaře síla vnější:

- a) gravitace
- b) síla reakce oporné plochy
- c) tření lyží
- d) odpor vzduchu
- e) odstředivé a dostředivé síly.

Dokonalé poznání všech těchto vnitřních i vnějších sil a pochopení výsledného účinku jejich působení umožňuje lyžaři, aby využil této znalosti ke zdokonalení pohybu na lyžích.

Při jízdě na svahu se gravitace rozkládá na dvě složky. Jedna složka P_1 je rovnoběžná se svahem, druhá složka P_2 směřuje kolmo na svah a způsobuje tření lyží. Působením složky P_1 se pohybuje lyžař po svahu s určitým zrychlením. Zrychlení je závislé na velikosti hmoty a na sklonu svahu.

Změnou polohy trupu a končetin se mění i poloha těžiště, která má vliv na dosažení maximální rychlosti. Rozhodujícím faktorem při přímé jízdě je zaujetí postoje s co nejmenším čelním odporem.

Prvními průkopníky, kteří se hlouběji zabývali postojem lyžaře při přímém sjezdu, byli Francouzi. Jako první přišli se speciálním sjezdovým postojem, zvaným „vajíčko“. Jeho použitím vyhrál Francouz Vuarnet sjezd na ZOH 1960. Do té doby se většina závodníků nezabývala speciálním sjezdovým postojem jako rozhodujícím faktorem při sjezdu.

Zdálo by se, že po dosti podrobném propracování sjezdového postoje „vajíčko“ není již možno očekávat podstatnějších změn. Ukázalo se však, že je ještě mnoho nevyjasněných problémů, které je nutno řešit. Těmito otázkami se začali v r. 1968 zabývat např. Kanadáné v aerodynamickém tunelu. Iniciátory pokusů byli trenéři reprezentačního družstva sjezdařů Kanady. Výzkumy byly prováděny za spolupráce závodníků, kteří byli v aerodynamickém tunelu vystavováni tlaku vzduchu různé intenzity, jak to odpovídá jízdě na lyžích při určitých rychlostech. Ve výši očí byl umístěn ciferníkový indikátor, měřící odpor vzduchu při různých pozicích testovaného lyžaře. Měření ukázalo, že trvalo asi 10 minut, než lyžař dokázal zaujmout takovou polohu těla, při níž by byl odpor co nejmenší a zároveň, aby bylo možno udržet tuto polohu po delší dobu. V průběhu výzkumu byli lyžaři vyfotografováni, při čemž pozadí tvořila měrná síť, umístěná v tunelu.

Bylo zjištěno, že vzpřímený postoj proti sjezdovému postoji „vajíčko“ představuje zvětšení povrchové plochy asi o 65 %, což v přepočtu na snížení maximální rychlosti činí 22 %. Upažení samo o sobě zvětšuje celkovou povrchovou plochu asi o 25 %, což znamená snížení hraniční rychlosti asi o 11 %.

Další etapa výzkumu se zabývala vlivem oděvu a vybavení lyžaře. Zjistilo se, jaký odpor kladou špičky lyží, přezky bot, kroužky na holích. Lyžař jedoucí rychlostí 100 km/hod., který má elastické šponovky a přiléhavou

silonovou větrovku, má o 10 % větší odpor než lyžař, který zaujímá stejný postoj, ale má elastickou kombinézu ze silikonových vláken. Přezky sjezdových bot způsobují ztrátu 0,3 vteřiny na každé minutě sjezdu. Špičky lyží se podílejí asi 7 % na celkovém odporu lyžaře. Kroužky holí způsobují opožďování o 0,2 vteřiny na minutě sjezdu.

Významný vliv na růst odporu vzduchu mají paže. Podstatně nižší hodnoty odporu vzduchu byly naměřeny tehdy, když v nízkém sjezdovém postoji byla ramena před horní částí těla a paže vodorovně s trupem. Byla naměřena hodnota 6,12 kg. Byla-li ramena spuštěna dolů a ruce byly v úrovni bot a hole směřovaly vzhůru, byl odpor vzduchu podstatně větší. Naměřená hodnota stoupla na 9,3 kg. Je to velmi zajímavé zjištění, neboť tohoto postoje používá mnoho výborných závodníků. Bylo též zjištěno, že v nízké sehnuté pozici, kdy ruce byly v poloze vpředu nad hlavou, byl odpor vzduchu pouze 5,9 kg. Tento postoj je však možno zaujmout jen na velmi krátkou dobu. Vyžaduje velkou práci pletence ramenního. Kdyby bylo možno tento postoj udržet po delší dobu, činilo by zrychlení na jedné minutě sjezdu asi 2 vteřiny ve srovnání s postojem „vajíčko“.

Zjistilo se, že v pozici „vajíčko“ hrají důležitou úlohu nohy. Šířka nohou je 20–30 cm. Přispívá to k větší stabilitě lyžaře, k dobré pohyblivosti obou končetin i k menšímu odporu vzduchu.

Pro odpor vzduchu při sjezdovém postoji je rozhodující čelní plocha lyžaře. Hodnota G/F , tj. váha dělena plochou, je měřítkem velikosti výsledné rychlosti, kterou může lyžař dosáhnout. Těžší lyžaři mají všeobecně vyšší hodnotu G/F a proto dosahují vyšší konečné rychlosti. To znamená, že hodnota tělesné váhy G a výšky těla vzrůstá rychleji než profilová plocha F .

Vidíme, že po dosažení určité rychlosti ustupuje význam tření sněhu ve srovnání s odporem vzduchu. To znamená, že na příkrých tratích jde především o stránku aerodynamickou a teprve v druhé řadě o skluznost (voskování) lyží. U tratí na mírných svazích je tomu opačně. Je ovšem třeba mít na mysli, že také na příkré trati potřebujeme určitou dobu k tomu, než je rychlost tak velká, že odpor vzduchu se stane podstatným činitelem. Výše uvedené údaje platí jen tehdy, když doba sjezdu ve srovnání s celkovou délkou tratě je krátká, tedy na dlouhých příkrých tratích.

Vnucuje se domněnka, že při různých profilech tratí a při rozdílných sněhových poměrech musí správné rozhodování vycházet z úvah aerodynamických. Jde o to, posuzovat trati již napřed se zřetelem k odporu vzduchu, k němuž při sjezdu dojde i se zřetelem ke tření sněhu co nejsprávněji. Lyžař musí přesně vědět, kdy zaujetím aerodynamicky příznivého postoje je možno získat lepší čas a kdy nikoliv.

Výsledky sjezdových závodů ukazují překvapivá vítězství i porážky, mající své příčiny nejen v lyžařském umění, nýbrž i v intuitivním či náhodném vystižení nejpriznivějších podmínek.

Velikým přínosem pro naše vrcholové lyžaře by byla možnost zjištění optimálního sjezdového postoje v aerodynamickém tunelu. Pro vysoké finanční náklady nebylo možno tato měření zatím uskutečnit.

Literatura: 1. Jak se zdokonalit v lyžování (Joubert, Vuarnet). — 2. Lyžování (Čtvrtečka a kol.) — 3. Kultura fizičná 1972/1 str. 35 — 4. Rychlost nejsou žádné čáry (Ski, Stuttgart 1963/2.)

JAROSLAV JANDA

Technologie výroby a parametry můstkové krytiny DUROFOL P

Rozhodnutí o tuzemské výrobě krytiny na skokanské můstky přišlo v roce 1971, tohoto úkolu se ujala TJ MEZ Frenštát p. R. Řešení bylo zaměřeno na:

1. Nejvyšší možnou kvalitu krytiny
2. Vysokou provozní spolehlivost
3. Použití normalizovaných prvků
4. Minimální výrobní náklady

S navrženými materiály byly provedeny funkční a modelové zkoušky, na základě těchto byla navržena technologie zpracování a výrobní zařízení.

Při daném použití nám nejvíce záleželo na těchto vlastnostech:

1. Mechanické (pevnost v tahu, v ohybu a rázu, odolnost proti otěru, tvrdost, tažnost, mechanická a tepelná odolnost).

2. Fyzikální (rozpuštěnost, vyluhovatelnost, nasáklivost, bobtnavost, viskozita, bod měknutí a tání, měrná hmotnost, objemová a sypaná hmotnost, optické vlastnosti, elektrické vlastnosti, tepelná vodivost, měrné teplo, třecí odpor).

3. Chemické (odolnost proti kyselinám, zásadám, oxidačním činidlům, chemická odolnost při vyšších teplotách, chemická stálost na světle).

PARAMETRY MŮSTKOVÉ KRYTINY DUROFOL P

Hustota, navlhavost a chemická odolnost

Hustota	1,38 gcm ⁻³
Navlhavost*)	20 mg/100 cm ²
Slabé kyseliny	+
Koncentrované kyseliny	+
Slabé zásady	+
Alkoholy	+
Estery	—
Ketony	—
Étery	—
Chlorované uhlovodíky	—
Benzen	—
Benzin	+
Pohonné látky	—
Minerální oleje	+
Živočišné a rostlinné tuky	+
*) měřeno za normálních podmínek po 7 dnech.	
+ stálý	
— nestálý	

Fotochemická destrukce

Sluneční svit má hlavní vliv na destrukci, přestože asi jenom 5 % veškerého světla dopadajícího na zemský povrch leží v oblasti aktivačních vlnových délek. Destrukce probíhá hlavně vlivem přítomnosti nečistot a příměsí. Aktivace molekul a destrukční reakce závisí na intenzitě záření, jeho vlnové délce, ne však na celkovém množství získané zářivé energie.

Účinek povětrnosti (zvětrání)

Vystaví-li se daná hmota účinku povětrnosti, může pozorovat po určité době změnu vzhledu i mechanických vlastností. Získané experimentální výsledky jsou velmi závislé na podnebí, kterému jsou vzorky vystaveny, na sklonu ke slunci, na barvě a materiálové kvalitě podkladu, na němž jsou vzorky položeny. Je-li hmota vystavena intenzivnímu záření, zřetelně

klesá pevnost, ohebnost a zvyšuje se křehkost.

Destrukce zářením s vysokou energií

Probíhá zpravidla složitý proces destrukce, závisí na příměsích a čistotě, přichází v úvahu při umístění ve vysokohorských polohách (1600 m a výše).

Biologická destrukce

Biologická koroze, tj. napadení materiálu mikroorganismy, zejména plísněmi, je velmi rozšířená. S touto těžko zvládnutelnou korozí se rovněž setkáváme, zvláště na řezných plochách výrobků, kde je obsaženo plnivo. O možnosti napadení plastické hmoty mikroorganismy rozhoduje především chemické složení materiálu, samozřejmě pak podmínky a prostředí, kde se plastická hmota uplatňuje. Dochází přímo k naleptání povrchu a u tenkých fólií i k proděravění.

Mechanická degradace

V našem případě je důležitý poznatek, že při působení atmosféry v současnosti s mechanickým účinkem, je korozní účinek prostředí daleko vyšší. Tento jev se obecně nazývá koroze za napětí.

Ztráta z měkčovadel

Ztráta měkčovadla může být způsobena těkavostí měkčovadla, nevhodnými atmosférickými podmínkami, vyluhováním kapalinou, která měkčovadlo rozpouští, nebo s ním reaguje, nebo migrací při styku měkčené hmoty s jiným materiálem.

Ochrana proti napadení mikroorganismy

Pro zvýšení odolnosti v náročných podmínkách se uplatňují fungicidní látky. Přidávají se buď přímo do směsi, nebo se namáčejí, což je méně výhodné pro snadnost porušení slabé vrstvy.

Doporučují se: fenylrtuťnaté sloučeniny chinolát mědi

Technologické vlastnosti

Ohyb:

Při technologickém zpracování lze připouštět takové ohyby, které nezačínají stop na struktuře, vzhledu a mechanických vlastnostech použitého materiálu.

Stříhání:

Podmínkou hladkého stříhu je vždy dokonale ostří nástroje, střížné hrany by měly pokud možno po sobě klouzat.

Biologická odolnost:

Biologická odolnost je vysoce závislá na kvalitě stříhu.

Zkouška:

Prostředí: podhoubí
Výsledek: U stříhů, kde byla střížná mezera v rozsahu 0,00—0,02 mm, byl vliv biologické destrukce zanedbatelný. U vzorků s větší střížnou vůlí — vznik otěrů — docházelo k rychlé destrukci, během 6 měsíců k proděravění.

Koeficient tření

Koeficient tření je závislý na vlhčení a rychlosti. Extrémní hodnoty DUROFOL P — hlazené dřevo.

	Povrch suchý	Povrch vlhčený
Statické tření	0,4	0,25
Kinematické tření (minimum)	0,2	0,25

Technologie výroby

Jako optimální byl vyhodnocen linkový systém, tento umožňuje splnit výše uvedené požadavky na kvalitu a cenu.

Sestava linky:

1. Odvíják
2. Kruhové nůžky
3. Dělička
4. Vázání

Fólie dodávány ve svitcích, svitek se umístí na odvíjáku, odtud fólie postupuje konstantní rychlostí do kruhových nůžek, tyto nože mají vybrání pro vytvoření hrbetu, střížná mezera 0,02 mm, dále postupuje takto zpracovaný pás do děličky, zde dojde k vyděrování otvorů a oddělení plástu. Tyto plásty se dále skládají po 10 kusech, současně se montují kotvy.

Rozměr krytiny:

Šířka	550 mm
Délka	420 mm
Kotvy	4 ks
Šířka trásně	2,5 mm
Flouščka fólie	0,6 mm
Počet plástů ve svazku	10 ks

Optimální využití vlastností krytiny

Kvalitní stříh zajišťuje vysokou odolnost proti biologické destrukci, způsob upevnění kotev potlačuje mechanickou degradaci, kotvy jsou z hlubokotažného plechu, povrchová úprava těchto je tvořená zinkováním a lakováním.

Složení hmoty je optimální, maximální mírou jsou potlačeny negativní vlastnosti, běžná životnost krytiny 7—10 let.

Abychom dosáhli zvýšení životnosti krytiny, minimálních provozních nákladů při zachování skluzových vlastností, doporučuje se při projektování můstku s krytinou:

1. Můstky orientovat na sever, krytinu chránit před nahodilým intenzivním zářením a znečištěním.
2. Dbát na pečlivou úpravu a kvalitu podkladních materiálů, můstky umísťovat do nezávadného prostředí (mimo dosah průmyslových exhalátů).
3. Nadmořská výška do 1600 m.
4. Při montážních úpravách stříháním dbát na kvalitu stříhu, neprovádět zbytečně ohyby, dbát na čistotu okolí.
5. Postřík provádět čistou vodou.
6. Zamezit vzniku škodlivých mikroorganismů v okolí můstku.
7. Krytina křehne při 4 °C, při nižší teplotě bez sněhové pokrývky skoky omezit.

Montáž krytiny je jednoduchá, při dodržení výše uvedených zásad je provoz bezporuchový, dokonale provedený povrch z krytiny se blíží svými vlastnostmi dobré sněhové pokrývce.

Ing. JAN ŠRUBAR

NOVÉ HODNOCENÍ Světového poháru uspělo



Miloslav Sochor je nejlépejším čs. reprezentantem ve sjezdových disciplínách. Velmi dobře si vedl zejména v Evropském poháru

V osmileté historii Světového poháru ve sjezdových disciplínách (SP) byl bodový systém vyhodnocování této nejpobulárnější a sportovně nejhodnotnější soutěže v závodním sjezdovém sportu revidován celkem pětkrát. V roce 1967, kdy SP byl poprvé uspořádán, si závodník mohl započítat tři nejlepší výsledky v každé disciplíně. Jean-Claude Killy, zcela výjimečný zjev světové sjezdářiny, který první přejímal Evianskou trofej, si tenkrát započítal po třech vítězstvích v každé ze tří disciplín a 225 body dosáhl maximálního počtu bodů, kterých mohlo být ze tří disciplín dosaženo.

Není pochyb o tom, že zakladatelé SP měli ve svých představách na mysli soutěž, ve které vítězem by se měl stát nejlepší sjezdař, tedy závodník, zaměřený na všechny tři disciplíny. Po odchodu Killyho se brzy ukázalo, že zvolený bodovací systém nebyl v souladu s úmysly zakladatelů SP, naopak, že se stal stimulem právě pro specialisty. Je skutečností, že SP, v rozporu s záměrem jeho zakladatelů, v nemalé míře přispěl k nežádoucímu vývoji závodního sjezdového sportu — k přílišné specializaci. Jedinou výjimkou, která potvrzuje pravidlo, je pateronásobná vítězka SP Annemarie Moserová-Prölllová, mimořádný talent světové sjezdářiny posledních let. Tu nelze označit za specialistu.

Ve snaze podnítit zájem o všestrannost v závodním sjezdovém sportu, nastoupila komise pro SP dlouhou cestu experimentování s bodovacím systémem. Po třech neúspěších zavedla pro sezónu 1973—74 tzv. bonusový systém, který zvýhodňoval všestranné jezdce proti specialistům. Očekávalo se, že bonusové body zkorigují dosavadní hodnocení a že křišťálový pohár ve Vysokých Tatrách převezme někdo z všestranných jezdců. Jak víme, nic takového se nestalo, pohár putoval opět do rukou specialisty-slalomáře Piera Grose. Pro sezónu 1974—1975 byl bonusový systém zrušen a bylo rozhodnuto, že do vyhodnocení SP 1974—75 budou započítány výsledky ze tří kombinací. Pro muže byly, poprvé po mnoha letech, znovu oživeny tři klasické sjezdové dvojboje: Lauberhorn ve Wengenu, Hahnenkamm v Kitzbühelu a Arlberg Kandahar, v letošním roce pořádaný v Megève.

Dalším stimulem, který měl podpořit vývoj k větší všestrannosti, byl předpis snižující maximální počet čle-

nů družstva pro víkendovou soutěž z 20 na 15 členů pro země, oprávněně nahlásit po 10 závodnících do každého závodu. Pro vyspělá družstva alpských zemí se specializace stala rázem „luxusem“, neboť trenéři museli počítat s tím, že nejméně 5 závodníků z družstva budou muset nasazovat do dvou závodů.

V druhé polovině března byl ve Val Gardeně SP 1974—75 zakončen. Byl vyhlášen vítěz Gustavo Thöni, byla vyhlášena vítězka Annemarie Moserová-Prölllová. Byly bilancovány body a ohlášeno umístění všech, kdož ve SP bodovali. Takto byl SP 1974—75 uzavřen po stránce sportovně technické. Zbývá zodpovědět otázku, zda nový systém bodování je pokrokem ve srovnání s minulostí, lépe řečeno, zda komise pro SP s novým bodovacím systémem uspěla či nikoliv.

Opíraje se o průběh a výsledky soutěže mužů je možno říci, že dirigenti SP měli tentokrát šťastnou ruku. Prvé boje mužů o světovou trofej v letech 1967—1970 byly ovládnuty zcela mimořádně talentovanými jezdci Jean-Claude Killym a Karl Schranzem. Naproti tomu, letošní průběh soutěže byl charakterizován náročnými boji celé řady závodníků široké světové špičky. Na předních místech bojovalo od prvního závodu pět jezdců: Thöni, Klammer, Stenmark, Gros a Haaker.

Franz Klammer, 20letý Rakušan, vyhrál 6 závodů ve sjezdu za sebou. V 9 sjezdech, které se jely, zvítězil osmkrát v 8 nových traťových rekordech. Na sjezdové trati ve Val Gardeně, na které před třemi roky jel svůj první závod v rámci SP s umístěním na 30. místě, korunoval letos dosud nejlépeším sezónu sjezdaře SP. Klammer, specialista ve sjezdu, se však pustil do boje i s nejlepším specialistou slalomu, Gustavo Thönim.

Ve dvou ze tří kombinací, na Lauberhornu a Hahnenkamm, se oba soupeři utkali s plným nasazením. Gustavo Thöni, dosud zřejmě neuspokojen svými četnými vítězstvími na ZOH, MS a ve SP, dokázal prorazit bariéru kolem specialistů ve sjezdu a prokázal, že umí zajet také sjezd. Na jedné z nejtěžších alpských sjezdových tratí, na kitzbühelské „Streif“, zajel druhý nejlepší čas jen 1/100 vt. horší času vítěze Klammera. Na olympijské sjezdové trati v Innsbrucku byl čtvrtý a v Megève obsadil 9. místo. Časový rozdíl v Kitzbühelu byl dokonce menší než 1/100 vt. Pracovníci Swiss Timing zveřejnili po závodech časy naměřené registračním přístrojem v tisícínách vt. Klammerův čas byl 2:03,229, čas Thöniho 2:03,232; rozdíl tedy jen 0,003 vt. Thöni se tentokrát prezentoval v novém „modelu“. Ze specialisty ve slalomu a v obřím slalomu se stal závodníkem tří disciplín, jehož talent a um ve sjezdovém závodě mu umožnily uspět v měření sil i s nejlepšími jezdci v této disciplíně.

Obětavě bojoval i Piero Gros, loňský vítěz SP, který se novým bodovacím podmínkám nepřizpůsobil. Nemohl proto počítat s body v kombinacích a chtěl-li si zachovat šance z předchozí sezóny, musel častěji vítě-

BODOVÝ STAV SOUTĚŽE

k 13. 1. 1975 (po Lauberhornu a 11 závodech)	pořadí	1.	2.	3.	4.	5.
	závodník	Gros	Klammer	Thöni	Stenmark	Grissmann
	body	120	119	90	70	66
	komb. b.	—	+ (6)	+ (25)	—	—
k 19. 1. 1975 (po Kitzbühelu a 15 závodech)	pořadí	1.	2.	3.	4.	5.
	závodník	Klammer	Gros	Thöni	Stenmark	Grissmann
	body	159	145	135	110	81
	komb. b.	+ (21)	—	+ (50)	—	—
k 1. 2. 1975 (po Megève a 19 závodech)	pořadí	1.	2.	3.	4.	5.
	závodník	Thöni	Klammer	Gros	Stenmark	Haaker
	body	198	184	145	130	105
	komb. b.	+ (75)	+ (21)	—	—	+ (26)

Poznámka: Body uvedené v závorkách představují body z kombinací, obsažené v celkovém počtu bodů.

zit v obřím slalomu a ve slalomu. Tyto šance mu postupně zmenšoval vynikající jezdec-specialista, 19letý Švéd Ingemar Stenmark, který jej jak v obřím slalomu, tak ve slalomu trvale ohrožoval nebo porážel. Úspěšným v letošním SP byl i další Švéd, Nor Erik Haaker, ještě loňského roku špičkový specialista v obřím slalomu. Rychle se přizpůsobil novým pravidlům hry a stal se jedním ze závozníků s nejrazantnější jízdou ve sjezdu.

Tvrdá sportovní zápolení špičky mužů o Evianskou trofej je patrné z přehledu v tabulce.

Po Megève a přestávce 3 týdnů, následovala série 6 závodů v zámoří (Japonsko, Kanada, USA). Nejúspěšnějším jezdcem v zámoří byl mladý Stenmark, který s vyloučením sjezdu v Jackson Hole dosáhl 110 ze 125 možných bodů. K finálovým závodům do Val Gardeny se závodníci vrátili se třemi jasnými favority soutěže: Thönim, Stenmarkem a Klammerem.

Finálové boje mužů měly neobyčejně dramatický spád. Na programu byly jen dva závody, sjezd a paralelní slalom. Thöni ani Stenmark sjezd nejezdili; první z důvodů taktických, druhý nejel žádný sjezd v celé soutěži. Závod ve sjezdu podle očekávání vyhrál Klammer. Získal 25 bodů a vyrovnal bodový náskok soupeřů. O vítězi musel rozhodnout poslední závod soutěže, paralelní slalom.

Ke startu do paralelního slalomu nastoupilo 32 jezdců podle pořadí z celkové klasifikace soutěže, mezi nimi tři favorité, každý se 240 body. To dosud nejnapínavější finále SP rozhodl Thöni ve skutečném boji muže proti muži ve svůj prospěch. Dosáhl 250 bodů a stal se počtvrté vítězem SP. Převzal pohár, který mu právem náleží, neboť je určen nejlepšímu jezdci, nikoli nejlepším slalomáři nebo nejlepšímu sjezdaři. V konečné klasifikaci SP pro rok 1974-75 následují Stenmark (245 b.), Klammer (240 b.), Gros (196 b.), Haaker (147 b.) a další.

Co říci závěrem? Průběh soutěže o SP 1974-75 ve srovnání s předchozími ročníky byl výrazně ovlivněn programem, tj. zařazením tří sjezdových kombinací, započítávaných do konečného vyhodnocení soutěže. Z výše uvedených tabulek je patrné, že absolutní vítěz Thöni byl i vítězem všech tří kombinací, za které získal 75 bodů; Klammer získal v kombinacích 21 a Haaker 26 bodů. Nový vyhodnocovací systém změnil myšlení i taktiku celé řady závozníků. Značně uspěla filosofie všestrannosti, snad lépe řečeno trojdimenzionálního sjezdování, přijatá a praktikovaná Thönim, Klammerem, Haakerem a dalšími závozníky proti specialistům typu Stenmarka a Grose. O Grosovi je známo, že již několik sezón nejel jediný sjezdový závod. Z tohoto pohledu je možno bodovací systém SP 1974-75 označit za úspěch, neboť jeho inspirátoři dosáhli co zamýšleli — zbrzdil vývoj k extrémní specializaci. To nemá znamenat, jak potvrzuje klasifikace Stenmarka jen s 5 body za vítězem, že se specializace přežila. Ta totiž nebyla vyvolána jen pravidly SP.

Dr. OTTO KULHÁNEK

IN MEMORIAM

Dne 23. března zemřel náhle člen komise rozhodčích výboru svazu lyžování ČÚV ČSTV doc. dr. Jiří Jelínek.



Jirka Jelínek byl výraznou postavou československého lyžařského sportu. Pracoval v lyžařském hnutí 45 let a mnoho pro ně vykonal. V raném věku 20 let se stal lyžařským cvičitelem a členem cvičitelského sboru Svazu lyžařů ČSR. V roce 1934 byl povolán do funkce místonáčelníka Svazu lyžařů ČSR a o čtyři roky později převzal vedení technického sboru a tím i funkci náčelníka Svazu lyžařů ČSR.

Po sjednocení tělovýchovy pracoval na úseku metodickém, od roku 1950 vedl učebně metodickou komisi. V letech 1954-57 byl členem představenstva ústřední sekce. V tomto období se stal mezinárodním rozhodčím FIS. Podílel se dlouhá léta na organizování mnoha tělovýchovných a lyžařských akcí celostátního i mezinárodního významu.

My, lyžařští rozhodčí, vděčíme Jirkovi za to, že se po dlouhá léta s oddaností a houževnatostí věnoval výchově lyžařských rozhodčích. Vychoval jich desítky a podělil se s nimi o cenné zkušenosti, nasbírané během své dlouholeté činnosti jako rozhodčí a pedagog. Postaral se o to, aby tam, kde odcházející činovníci skončili, mladší generace mohla pokračovat pro úspěch a rozkvět československé lyžařiny.

Za bohatou a úspěšnou činnost a za vše, co pro československý lyžařský sport vykonal, mu patří náš dík. S pocitem vděčnosti v srdci jsme se s Jirkou Jelínkem rozloučili v pátek 28. března.

Dr. OTTO KULHÁNEK

Tisíc bežcův na Bielej stopě SNP

(Pokračování ze str. 6)

pokladal som si za morálnu povinnosť štartovať. Môj otec bol tiež partizánom. Ostalo doma po ňom len významenie. Bol to môj dlh voči nemu.“

Usporiadatelia a účastníci II. ročníka vytrvalostných pretekov „Biela stopa SNP“ sa zhodli, že úzka stužka Bielej stopy predstavovala v nedeľu 16. II. biely štadión, na ktorom takpovediac cvičilo 1000 bežcov, ktorých náradím bolo 2000 lyží a palíc, bilo tu 1000 odhodlaných srdc, ktorých spoločným cieľom bolo dôjsť.

Pretek nepoznal porazených a usporiadatelia v Kremnici a v Banskej Bystrici veria, že bol dôstojným príspevkom českých a slovenských lyžiarov do športovej časti Československej spartakiády, ktorej spolu s nimi prevolávajú hromové „ZDAR“.

TECHNICKÉ VÝSLEDKY

Katégoria a - priami účastníci SNP (17,7 km): 1. Jozef Krasuľa (Vysoké Tatry) 58:04 min., 2. Benjamín Strmeň (Štubny) 1:00:19 hod., 3. Ondrej Rusko (ČH Štrbské Pleso) 1:02:02, 4. Július Bulla (Tatran Harmanec) 1:03:25, 5. Ján Kočtúch (Hviezda Lipt. Porúbka) 1:04:16, 6. Július Parák (TJ Vysoké Tatry) 1:04:26.

Katégoria b - muži od 21-40 rokov (53,7 km): 1. Július Lupták (ČH Štrbské Pleso) 2:47:47 hod., 2. František Schürger (TJ Vysoké Tatry) 2:47:49, 3. Pavol Mlynár 2:47:55, 4. Ján Michal-

ko (oba ČH Štrbské Pleso) 2:48:11, 5. Václav Šír (Autoškoda Vrchlaby) 2:50:24, 6. Lubomír Grnáč 2:53:01, 7. Jozef Hrubý (oba ASVŠ Dukla Banská Bystrica) 2:53:16, 8. Ján Matejbus (Tesla Lipt. Hrádok) 2:58:06, 9. Ing. Ján Ilavský 3:00:12, 10. Emil Ďuriač (oba ČH Štrbské Pleso) 3:00:59.

Katégoria c - muži od 41-60 rokov (53,7 km): 1. Jozef Medved (Slavoj Laskomerské) 3:06:17, 2. Ing. Vladimír Sirovatský (Sokol Senohraby) 3:38:56, 3. Viktor Hadušovský (Kovo Dobšiná) 3:55:43, 4. Miroslav Hric (TJ Kremnica) 4:01:52, 5. Michal Sabaka (Jasná Lipt. Mikuláš) 4:12:45, 6. Miroslav Hromek (Dukla Pardubice) 4:16:54.

Katégoria d - muži nad 60 rokov (53,7 km): 1. Ján Mešťan (ČH Ban. Bystrica) 4:45:31, 2. Ján Laktiš (Družstevník Sklabina) 4:48:03, 3. Ján Wagner (Kremnica) 5:48:22.

Katégoria e - ženy od 21-30 rokov (17,7 km): 1. Anna Pasiárová (ČH Štrbské Pleso) 50:18, 2. Anna Matejbusová 53:30, 3. Anna Staroňová (obě Tesla Lipt. Hrádok) 54:10, 4. Jana Habánová (CHZWP Nováky) 55:23, 5. Marta Pachingerová (Baník Vyhne) 58:15.

Katégoria f - ženy nad 31 rokov (17,7 km): 1. Beta Krížová (Zväzarm Martin-mesto) 1:02:06, 2. Gréta Sivánová (Lokomotiva Nitra) 1:03:19, 3. Mária Paráková (TJ Vysoké Tatry) 1:04:31.

Ing. EUDOVIT FUSKO, riaditeľ preteku

Finále PO SSM v lyžování

Ve dnech 6. až 9. března se konalo v Rýmařově čtvrté národní finále v lyžování Pionýrské organizace SSM. Probíhalo v rámci oslav 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou jako součást IV. Československé spartakiády 1975. Politická i sportovní úroveň byla velmi dobrá. Zahájení a vyhlášení výsledků se zúčastnila delegace stranicích, státních, pionýrských i tělovýchovných složek. V závodě startovalo několik reprezentantů ČSR. Tato fakta dokumentují velký význam tělesné výchovy a sportu v PO SSM. Pro doložení této skutečnosti byl proveden jednoduchý rozbor startujících závodníků ve sjezdových disciplínách. Ukazuje, že úroveň závodníků i trenérské práce v pionýrské organizaci je ve své špičce tožná se špičkou ČSTV, že národní finále není náborovým, ale vrcholovým závodem, jehož nenahraditelnou specifikou je především politickospolečenská úroveň a kolektivní pojetí hodnocení závodních disciplín. Celkovým vítězem (v součtu bodů za běh a sjezd) se stal Východočeský kraj, reprezentovaný běžci z Jilemnice a sjezdaři z Vrchlabí.

V rozboru startujících závodníků jsem se zaměřil na sjezdové disciplíny. Byly sledovány tyto faktory: výkonnost startujících, délka závodnické činnosti, věk startujících a rozdíly ve výkonnosti; v oblasti trenérské práce byly zjištěny údaje o trenérské praxi a kvalifikaci a o úspěšnosti svěřenců jednotlivých trenérů. Rozbor také ukazuje stupeň realizace jednotného tréninkového systému ve sjezdových disciplínách. Údaje byly zjišťovány u prvních deseti závodníků ve slalomu a v obřím slalomu.

Zjištěné údaje rozboru ukazují, že výkonnostní úroveň je značně vysoká (u slalomu je výsledek ovlivněn velkým počtem diskvalifikací a vzdání závodníků). V závodech žáků se na prvních deseti místech umístily pouze tři dívky bez výkonnostní třídy (7., 9. a 10. místo ve slalomu) a pouze tři dívky, které nezávodily v kategorii nejmladších žákyň do 10 let (2. místo v obřím slalomu, 9. místo v obřím slalomu a ve slalomu). Ze všech umístěných na prvních deseti místech ve slalomu a obřím slalomu pouze jediná závodnice neměla výkonnostní třídu ani nezávodila v kategorii nejmladších žákyň (9. místo slalom). Časový rozdíl mezi vítězkou a umístěnou na 10. místě byl ve slalomu 15,2 vteřiny (způsobeno velkým počtem pádů a diskvalifikací) a v obřím slalomu činil tento rozdíl 4,4 vteřiny při dosahovaných časech okolo 40 vteřin. V první desítce se umístilo nejvyšší startovní číslo 20 v obřím slalomu a 22 ve slalomu. V závodech žákyň byla nejmladší účastnice desetiletá, nejstarší patnáctiletá.

Sjezdové závody žáků absolvovalo pouze 5 žáků, kteří nezávodili za nejmladší žáky (z nichž se v první desítce umístili dva: slalom 7. místo, obřím slalom 6. místo). Pouze jeden chlapec bez výkonnostní třídy se umístil v první desítce a to na 7. místě ve slalomu (tento závodník byl jediný, který nezávodil za předžáky a neměl výkonnostní třídu, mezi prvými deseti). Nejmladší startující byl 11letý, nejstarší 15letý. Rozdíl času vítěze a osmého, posledního klasifikovaného ve slalomu pro velký počet diskvalifikací, vzdání a pádů, byl značný (bylo diskvalifikováno a vzdalo 12 závodníků). V obřím slalomu činil časový rozdíl vítěze a desátého v pořadí 2,9 vteřiny při dosahovaných časech 33 až 36 vteřin. Nejvyšší startovní číslo v první desítce slalomu bylo 18 (na 8. místě — posledním klasifikovaném) a v obřím slalomu číslo 19 (na místě desátém). Tolik údaje z rozboru úrovně závodníků a výsledků závodu.

Rozbor trenérské práce a dosažených výsledků svěřenců v závodech ukazuje úspěšnost kvalifikovaných trenérů a trenérů s delší praxí. Tabulka uvádí délku praxe a kvalifikaci trenéra, počet umístění v první desítce všech svěřenců a odděleně dívek a chlapců.

trenér	kraj	kvalif.	praxe umíst. v desítce			
			v letech	hoši	dívky	celkem
Otakar Morávek	JM	—	20	5	3	8
Jindřich Krýdl	SČ	III.	8	3	4	7
Miroslav Vydra	VČ	II.	10	3	4	7
Jaroslav Čáp	Pha	II.	7	1	4	5
Jaroslav Savič	ZČ	III.	1	2	3	5
Kříž	SM	—	2	2	3	5
Karel Červenka	JČ	cvičitel	4	1	0	1

Všichni trenéři krajských družstev byli dotazováni, zda realizují jednotný tréninkový systém také v práci s pionýry. Pouze dva odpověděli záporně (Západočeský a Jihočeský kraj). Přesto, že uvedená analýza nemá potřebnou validitu jednotlivých ukazatelů (vzhledem k malému počtu sledovaných závodníků a trenérů a v neposlední řadě vzhledem k značnému počtu vyřazených závodníků ve slalomu) naznačuje trend lepší se práce s mladými závodníci v PO SSM.

Přinášíme výsledky jednotlivých kategorií:

Slalom - dívky: 1. E. Týmová (SM) a Z. Fárová (Praha) obě 67,4, 3. I. Černocká 70,8, 4. J. Zírnová (obě VČ) 70,9, 5. J. Tomanová (Praha) 72,5. — **Chlapci:** 1. J. Sobotka (VČ) 66,5, 2. I. Suchánek 67,2, 3. M. Formánek (oba JM) 67,7, 4. V. Matoušek (ZČ) 68,3, 5. J. Krýdl (SvČ) 75,2.

Obří slalom - dívky: 1. Z. Schöberlová (ZČ) 37,1, 2. E. Morávková (JM) 37,2, 3. J. Tomanová (Praha) 38,2, 4. H. Vimrová (ZČ) 38,5, 5. M. Buriánová (SvČ) a Z. Fárová (Praha) obě 38,9. — **Chlapci:** 1. J. Krýdl (SvČ) 33,1, 2. M. Formánek (JM) 33,3, 3. P. Vavrla (SM) 33,6, 4. P. Capoušek (Praha) 33,9, 5. J. Sobotka (VČ) 34,7 vt.

BLAHOŠLAV KOMESTÍK



Rychlémi kroky se blíží vyvrcholení Československé spartakiády, manifestační oslavy Československé tělovýchovy v rámci oslav 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou. Její nezlomnou součástí jsou i sportovní a

turistické akce.

Výbor Svazu lyžování Českého ústří. výboru ČSTV vyhlásil k těmto oslavám masovou soutěž pro děti a mládež o „Spartakiádní vložky“ a spartakiádní soutěže ve všech lyžařských disciplínách.

Výroba spartakiádních vložek se trochu opozdila, nestihli jsme proto maximálně využít předčasné sněhové nadílky začátkem prosince 1974. Pak se však v plném rozsahu projevila aktivita jednotlivých okresních svazů, lyžařských oddílů i partnerů, tj. pionýrských organizací, závodních výbo-

Čs. spartakiáda - podíl českých lyžařů

rů ROH a školství. 207 000 žlutých, 209 000 modrých a 104 000 červených spartakiádních vložek putovalo do všech míst Čech a Moravy. A na horách i ve městech jsme potkávali stále větší množství chlapců a děvčat, kteří podmínky této masové soutěže splnili. Využívali k tomu všech příležitostí, o čemž svědčí i tyto příklady: Pionýrská skupina Domu Československých dětí na Pražském hradě získala již v prosinci 45 nositelů sjezdových, stejný počet běžecích a 10 skokanských spartakiádních vložek, ve velkém počtu se zapojila 90. pionýrská organizace Prahy 6, Okresní dům pionýrů a mládeže Olomouc atd.

Ze závodních výborů ROH pak to byly především ČKD Praha, Výzkumný ústav energetický, OSPAP Praha, Elektropřístroje Modřany, OÚZ Mladá Boleslav, Dopravní podnik Praha, Aero Vodochody a České energetické závody.

A nebyly to jen závody a pionýři, ale i vojenská zotavovna Ovčárna pod Pradědem, ministerstvo zemědělství, ministerstvo průmyslu a celá řada dalších. Největší množství spartakiádních vložek bylo splněno při akcích, organizovaných tělovýchovnými jednotami — lyžařskými oddíly a školami. Uspokojili jsme částečně i požadavky slovenských organizátorů.

Ve stejných termínech pak probíhaly i spartakiádní lyžařské soutěže. Byly lyžařskými oddíly, okresními i krajskými svazy zorganizovány na celém území ČSR. Přesnou statistiku o počtech prozatím nemáme, ze všech zpráv a zápisů, které jsme po celou letošní sezónu z okresů i krajů dostávali, však bylo vidět, kolik obětavé a nezištné práce cvičitelé, trenéři, rozhodčí i funkcionáři věnovali tomu, aby spartakiádní soutěže i akce v lyžování byly zajištěny dobře a podíl lyžařů na celkových oslavách 30. výročí osvobození byl co největší.

JARMILA ČEHOVSKÁ

NOVOMĚŠTŠTÍ LYŽAŘI v uplynulém roce

Nejvyšší část Českomoravské vysočiny — Žďárské vrchy — zvané také Horácko patřila v minulosti mezi nejchudší kraje naší vlasti. Byla domovem pilných a skromných lidí, kteří pracovali převážně na ne příliš bohatých polích a v rozsáhlých lesích, které pokrývají dodnes téměř polovinu celého území Žďárských vrchů.

V devadesátých letech minulého století byly dovezeny na Horácko první lyže, kterých bylo využíváno především jako dopravního prostředku lesního personálu a listonošů, později se staly i prostředkem uslechlité záhavy, při které byly poznávány krásy zimní přírody a současně upevňováno zdraví a tělesná zdatnost prvních „lyžců“.

Mládež vždycky ráda napodobuje své starší vzory — této vlastnosti vděčí také lyžování na Horácku za velké rozšíření na přelomu století. Opatření lyží bylo v tehdejší době nad finanční možnosti většiny horácké mládeže. I tentokrát se osvědčila, jako monokrát před tím i potom, dovednost a důvtip prostých lidí. Dužiny z vyřazených sudů byly základním materiálem, něco se na nich přiopravit pořízením nebo hoblíkem, nad hrncem na plotně se dužiny napařily, ohnuly se špice, několik řemínek a kousků motouzu posloužilo na zhotovení vázání a první lyže vyrobené svépomocí spatřily světlo světa. Právě tyto lyžaři na „DUŽKÁCH“ se zasloužili o největší rozšíření lyžování na Horácku.

V této době podchycuje organizačně až dosud živelné hnutí, Bruslařský klub v Novém Městě na Moravě, později přejmenovaný na klub Sportovní. Pořádá lyžařské výlety do novoměstského okolí, organizuje první lyžařské závody v r. 1910 i lyžařské kursy vedené mistrem Bohumilem Hančem a Ingwaldem Smith-Killandem.

První světová válka přerušuje lyžařskou činnost, avšak již první roky v samostatném státě znamenají nejen obnovení činnosti, ale současně i počátek velkých úspěchů novoměstských závodníků. V době mezi dvěma světovými válkami získali novoměstští závodníci 19 titulů mistra RČS. Jména bílí Německých, Slonka, Musilů, Balbína, Kosoura a dalších jsou známa nejen v naší vlasti, ale i v cizině.

Přes všechny sportovní úspěchy nebyla finanční situace Sportovního klubu v Novém Městě na Moravě dobrá. Nedostávalo se finančních prostředků na vysílání závodníků na závody, nebyly peníze na výstavbu nového můstku. Nejlépe tuto situaci dokumentuje článek v časopise „Zimní sport“ (ročník XXVII, č. 7, str. 199). V článku s nadpisem „Co chybí novoměst-



Nový hotel Ski v Novém Městě na Moravě se stal významným tělovýchovným střediskem a v jeho blízkosti je start všech významných lyžařských závodů

ským závodníkům?“ se mimo jiné píše: „Po letošních (1938) úspěších na lyžařských závodech o mistrovství ČSR na kterých vyhráli všechny běžecké disciplíny (štafety, 50 km, 18 km, hlídky brannosti) ...

... Jejich sportovní klub, který dal našemu lyžařství již několik mistrů a závodníků, je opravdu chudý jak kostelní myš.“

Ve druhé světové válce utrpěl Sportovní klub velké ztráty. Předseda klubu Metoděj Čejka byl nacisty popraven, Eduard Soška, člen výboru klubu, byl zastřelen gestapem, chata na Harusovci, jeden z mála zdrojů příjmů Sportovního klubu, vyhořela do základů. Světlou stránkou tohoto období je účast novoměstských lyžařů (závodníků i činovníků) v domácím odboji.

Rok 1945 přinesl osvobození naší vlasti od fašistické nadvlády, rok 1948 je nejen rokem vítězství čs. pracujícího lidu, ale i rokem sjednoče-

ní československé tělovýchovy. Obě tyto historické události jsou dalším mezníkem novoměstského lyžování. Začíná období, ve kterém byla realizována nespelněná přání z prvních padesáti roků organizované činnosti v Novém Městě na Moravě.

Na úseku výstavby to byl především můstek P 52,5, k jehož otevření dochází v r. 1948. Můstek byl postaven za úplné finanční dotace státních orgánů a za vydatné pomoci ČSLA. Bohužel radost z tohoto uskutečněného díla netrvala dlouho. Větrná smršť, která v roce 1958 napáchala velké škody na lesních porostech, nevynechala ani náš můstek a dřevěnou konstrukci úplně zničila. Můstek byl zrekonstruován na P 59, postavena nová ocelová konstrukce nájezdu podle návrhu ing. Dokoupila a v r. 1964 předána do užívání. Současné sněhové špatné zimy zabránily několikrát uspořádání závodů ve skoku i v závodě sdruženém na tomto můstku a pro-

Úspěšní žiaci SVŠT

Začiatky vzniku žiackeho družstva Telovýchovnej jednoty Slávia Slovenská vysoká škola technická Bratislava sú v roku 1971. Skupina nadšencov lyžovania — väčšinou zamestnanci SVTŠ — začala trénovať na suchu s deťmi príslušníkov školy. Išlo o deti, ktoré už absolvovali základný lyžiarský výcvik.

Z vlastných prostriedkov zaistovali spočiatku účasť týchto žiakov na pretekoch. Napriek chýbajúcim skúsenostiam pri vedení tréningov na suchu i na snehu sa ukázalo, že mnohé z týchto detí majú talent pre lyžovanie. Zlom nastal o rok neskôr, keď sa pomery v družstve skonsolidovali a tréningy sa začali pod odborným vedením. Našli sme podporu vo výbore TJ a vo výbore lyžiarskeho oddielu. Pre družstvo dospelých, ktoré úspešne súťaží v II. lyžiarskej lige — slovenská oblasť, je nutné mať v budúcnosti i zálohu z vlastných radov a nespoliehať sa väčšinou len na príchod vysokoškolákov-pretekárov z vidieka.

Veľkým prínosom bolo a je, že ro-

dičia žiakov prejavujú záujem o aktívnu funkcionársku činnosť v oddiele. Majú určené úlohy, ktoré plnia. Tým je uľahčená práca trénerov. Veď vykonávať akúkoľvek funkciu v lyžovaní je časovo i fyzicky jedna z najnáročnejších športových funkcií.

Dnes nik nepochybuje, že práca v telesnej výchove a športe je práca politická a výchovná. Na tomto poli tiež plníme úlohy. Výchovné pôsobenie je sústavné, trpezlivé a názorné. Ide súbežne so zvyšovaním výkonnosti. Každoročne usporiadame dve besedy zamerané na obsah poslania telesnej výchovy v našej spoločnosti, filmové večery, návštevy divadiel, splňanie podmienok BPPOV.

Výkonnosť družstva sa neustále zvy-

to se uvažuje o vybudování nového můstku P 70 v prostoru Harusovce, který je sněhově i s ohledem na směr převládajících větrů, místem vhodnějším. Projekt můstku je připraven a schválen můstkovým expertem FIS M. Bělonožníkem.

V roce 1956 byl přebudován i střední můstek na Šibenici P 35, měl dřevěnou konstrukci nájezdu. Tato konstrukce již dosloužila a bylo jí nutno z bezpečnostních důvodů strhnout. Můstek nebude obnoven na starém místě, náhradní bude vybudován v prostoru Harusovce — P 45 společně s můstkem P 70.

V tomto období byl vybudován i malý žákovský můstek P 18 na Oboře, zničený rovněž větrnou smršťí v roce 1958. Nový žákovský můstek P 18 s ocelovým nájezdem byl dán do provozu v roce 1973 u učiliště n. p. Chirana a je opatřen umělou hmotou.

Nové Město na Moravě je známo především jako liheň lyžařských běžců. Většina lyžařských závodů v našem městě jsou závody běžecké a je snahou všech organizátorů těchto závodů, aby jejich úroveň odpovídala po všech stránkách úrovni závodů v jiných střediscích lyžování v ČSSR. Proto také byly u nás vybudovány standardní tratě — v současnosti jsou k dispozici tratě 2, 3, 5, 10, 15 km. S jejich budováním bylo započato v roce 1959, přebudovány byly v roce 1964, současná úprava byla provedena v roce 1972—74. Pro zimní úpravy běžeckých tratí je k dispozici sněžný skútr.

Velkým přínosem pro rozvoj lyžování bylo vybudování hotelu Ski. Tento moderně vybavený objekt vybudovaný MěstNV v Novém Městě na Moravě je v provozu Ústředních tělovýchovných zařízení. V roce 1973 bylo do jeho blízkosti přeloženo i místo startu a cíle novoměstských lyžařských závodů.

V období po osvobození byli úspěšní i novoměstští závodníci. V letech 1946—1950 drželi nepřetržitě titul mistra ČSR ve štafetách, v jednotlivcích byli mistry republiky Fr. Balvín, Boh.

šuje. Už druhý rok získali naši pretekáři značnou část krajských titulů za 1.—3. místa (Bratislava), dobré umístění v celoslovenských súťažiach v prvej desiatke, Grantnerová je v družstve ČSSR, Mikleš v družstve SSR. Grantnerová získala 3. miesto na majstrovstvách ČSSR 1975. Na majstrovstvách Slovenska 1975 okrem iných miest obsadili naši žiaci 1., 3., 2x5., 6. a 8. místa v rôznych disciplínach.

Prínosom pre zvyšovanie výkonnosti bolo, že v tejto sezóne sa uskutočnili 4 krajské kvalifikačné preteky žiactva v náročných terénoch stredného Slovenska, kam bolo nutné cestovať 250 km za snehom. Je potrebné vyzdvihnúť prácu lyžiarskych trénerov a funkcionárov bratislavských oddielov, ktorí boli ochotní venovať svoj voľný čas pri ich organizácii mimo Bratislavu, pretože v blízkom i vzdialenejšom okolí mesta už niekoľko rokov nie sú priaznivé snehové pomery. Podobne je to s tréningami nášho žiactva. Na tréning na snehu a za vhodnými terénmi absolvujú jedno-

Kosour, K. Dvořák, J. Blažiček, V. Fousek ml., K. Štefl, naši vlast reprezentovali na olympiádách a mistrovství světa mimo výše uvedené Jar. Zajíček, Fr. Zajíček, V. Fousek st., Ant. Chroust, A. Fialová, M. Švaříček a M. Miluška. Sedmi závodníkům — Fr. Balvínovi, J. Zajíčkovi, ing. K. Hlaváčovi, K. Dvořákovi, V. Fouskovi ml., J. Blažičkovi a K. Šteflvi byl udělen titul mistra sportu. Počet získaných titulů přeborníků ČSSR, kraje a okresu dorostu a žactva je nepřehledný. V posledních třiceti letech byli novoměstští lyžaři i horlivými pořadateli významných lyžařských soutěží. Je to především Zlatá lyže, která je každoročně pořádána k uctění památky zakladatelů novoměstského lyžování. Závod si získává stále větší obliby, v posledních letech je závodem zařazeným do kalendáře Mezinárodní lyžařské federace FIS.

V tomto období byly uspořádány i celostátní vrcholné soutěže — mistrovství ČSSR v klasických disciplínách v roce 1965, 4x Hančův memoriál — mistrovství ČSSR v běhu na lyžích na 50 km, 3x přebor dorostu ČSSR, 2x mistrovství ČSSR v Sokolovském závodě branné zdatnosti. Uspořádání většiny soutěží v Novém Městě na Moravě bylo hodnoceno velmi dobře.

Úspěchy, které dosáhli novoměstští lyžaři v osvobozené vlasti, jsou výsledkem práce řady skromných lidí — ať už závodníků, jejich trenérů, především trenérů mládeže, pracovníků na lyžařských tratích a můstcích, organizátorů lyžařských soutěží i celé činnosti lyžařského oddílu. Jejich práce je ulehčena velkou podporou stranických a státních orgánů nejen města, ale především okresu Žďár n. Sáz. a Jihomoravského kraje.

Do dalších let své činnosti vstupují novoměstští lyžaři s přesvědčením, že pro rozvoj čs. lyžování i přes některé nedostatky vykonali poctivý kus práce a že budoucnost jejich činnosti bude stejně úspěšná jako léta právě minulá.

Ing. MIRKO TULIS

dňové cesty. Takéto zanieťenie chýba často lyžiarom, ktorí majú terény a sneh doslova za domom.

Z radov žiakov, ktorí vyrástli v našom družstve, už 4 prešli do dorastu, po skončení tejto sezóny ďalší dvaja. Tým vzniklo družstvo dorastu, kde máme ešte nedoriešené niektoré organizačné veci. V doraste bolo veľkým nedostatkom bratislavským, ale i celoslovenským, že sa uskutočnilo veľmi málo pretekov. Ako potom má nadväzovať rast výkonnosti a tréningový proces po prechode zo žiactva do dorastu? Nedivme sa preto, že v doraste sa stráca mnoho talentov.

Oddiel usporiadal dva preteky. Majstrovstvá Slovenska a II. ligu v zjazde na Chopku v kategórii dospelých a majstrovstvá Bratislavy (ako kraj) žiactva v slalome a v obrovskom slalome, tiež na Chopku. Úspešná práca družstva žiactva i celého oddielu je tiež založená na dobrej spolupráci s výborom lyžiarskeho zväzu mestského výboru ČSZTV v Bratislave.

LADISLAV BERGER

ZÁVAZEK SKOKANŮ k 30. výročí osvobození

Všech dvanáct členů čs. reprezentačního družstva skokanů je členy SSM a utvořilo svazáckou skupinu, jejímž organizátorem je mistr světa v letech na lyžích, zasloužilý mistr sportu Karel Kodejška. Společně s kapitánem družstva Rudolfem Höhnlem se zúčastňují důležitých schůzí vedení skokanského úseku, aby pomáhali činovníkům této lyžařské disciplíny a trenérům Jáchymu Bulínovi a Daliboru Motejlkovi při řešení všech úkolů a problémů reprezentačního kolektivu. Svazácká skupina přispívá k prohloubení politickovýchovné práce v družstvu i skokanském úseku.

K 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou skupina SSM družstva skokanů vyhlásila tento závazek:

1. Zvýšíme morálně politickou úroveň celého družstva.
2. Aktivně se zapojíme do propagačně výchovné práce. V letošním roce se zúčastníme 20 besed s mládeží a pracujícími.
3. Odpracujeme 500 brigádnických hodin při údržbě a výstavbě tělovýchovných zařízení.
4. Uspořádáme v roce 1975 veřejný závod pro mládež. Sami se zúčastníme jako rozhodčí.
5. Zvýšíme tréninkové úsilí k dosažení vyšší úrovně a odstraníme kázeňské nedostatky.

Tento závazek jistě pomůže k dalšímu upevnění reprezentačního kolektivu, k dobré přípravě na ZOH 1976 v Innsbrucku a další mezinárodní závody příští sezóny 1975—76. -tr-

Mistrovství družstev ve skoku

Mistrem ČSSR družstev ve skoku na lyžích pro rok 1975 se stal A-tým ASVS Dukla Liberec s 2263,6 bodu. Hodnoceny byly závody Skokanského turné přátelství - Bohemia 16. ledna ve Spindlerově Mlýně, 18. ledna na velkém můstku v Liberci a 19. ledna v Plavech, dále celostátních klasifikačních závodů 18. a 19. března na Štrbském Plese na středním a velkém můstku.

Pořadí družstev: 1. ASVS Dukla Liberec A 2263,6 b., (448,8+446,0+466,3+465,3+437,2), 2. ASVS Dukla Banská Bystrica A 2117,6, 3. RH Štrbské Pleso 2017,9, 4. ASVS Dukla Liberec B 2015,3, 5. Dukla Banská Bystrica 1971,3, 6. ASVS Dukla Banská Bystrica B 1844,4 b.



Skupina soutěžící mládeže o Spartakiádní vložky ze Sklostroje Turnov

170 spartakiádních vložek ve Sklostroji

Lyžařský oddíl TJ Sklostroj Turnov pořádá již pátý rok lyžařské kursy pro turnovské děti. Pod vedením kvalifikovaných cvičitelů se děti učí základní abecedě lyžování. Ty, které již mají začátky za sebou, se zdokonalují v technice tohoto krásného zimního sportu. I když se letos zima obrátila k vyznavačům bílé lyžařské stopy zády, právě díky obětavé práci dobrovolných cvičitelů a funkcionářů lyžařského oddílu, vyjžděly po šest sobot tři autobusy s dětmi ve věku od 7 do 13 let za sněhem do Krkonoš a Jizerských hor.

Závěrem celé akce byly na pláních

Jizerských hor uspořádány soutěže o získání Spartakiádní vložky, které měly u dětí veliký úspěch. Celkem v pěti závodech získalo tuto cennou trofej 170 dětí. Lze si jen přát, aby v této záslužné práci lyžařský oddíl pokračoval i v příštím letech, neboť zájem o výcvik je veliký nejen mezi dětmi, ale i mezi dospělými. Že se péče o děti a mládež oddílu vyplácí, je vidět z úspěchů, které mladí závodníci pro turnovské lyžování v mnoha soutěžích a závodech v posledních letech získali. A řada z nich byla objevena právě v lyžařských kursech, které oddíl pravidelně pořádá.

F. B.

Žebříček čs. skokanů

Kapitán čs. reprezentačního družstva skokanů Rudolf Höhnle (ASVS Dukla Liberec) je v čele žebříčku čs. skokanů v sezóně 1974—75. Hodnotilo se sedm celostátních klasifikačních závodů: Turné Bohemia 16. ledna ve Špindlerově Mlýně, 18. ledna v Liberci a 19. ledna v Plavech, oba závody mistrovství ČSSR v Liberci 7. a 8. února a dva klasifikační závody na Štrbském Plese 18. a 19. března. Pro pořadí se započítávaly čtyři nejlepší výsledky.

Žebříček: 1. R. Höhnle (ASVS Dukla Liberec) 959,1 b. (227,2x, 240,0, 240,0, 240,0, 239,1, —, 209,1x), 2. K. Kodejška (ASVS Dukla Banská Bystrica) 948,6 (240,0, 231,7x, 213,3x, 228,6, 240,0, —, 240,0), 3. Jindřich Balcar 913,8 (221,6x, 206,0x, 226,3, 227,5, 222,4, 237,6, 222,1x), 4. I. Felix 899,8 (—, —, 189,2x,

201,1, 238,3, 240,0, 220,4), 5. L. Škoda (všichni ASVS Dukla Liberec) 888,6 (216,3, 203,7x, 212,2x, 217,9, 226,7, 227,7, 215,1x), 6. V. Jakoubek (Naveta Jablonec) 876,7 (174,3x, 161,7x, 182,0x, 210,6, 230,3, 223,9, 211,9), 7. Z. Janouch (RH Štrbské Pleso) 869,4, 8. B. Novák 867,6, 9. F. Novák (oba Jiskra Harrachov) 860,8, 10. E. Babiš (Dukla Banská Bystrica) 848,9, 11. Jaroslav Balcar 841,5, 12. K. Vágenknecht (oba ASVS Dukla Liberec) 830,0, 13. J. Lepko (ASVS Dukla Banská Bystrica) 818,1, 14. F. Novotný (Slovan Špindlerův Mlýn) 811,8, 15. Z. Mákovec (RH Štrbské Pleso) 810,1, 16. J. Sláma (ASVS Dukla Liberec) 798,5, 17. J. Liďák 794,9, 18. J. Kliment (oba ASVS Dukla Banská Bystrica) 790,0, 19. K. Morcinek (TŽ Trinec) 789,5, 20. B. Doležal (Ještěd Liberec) 786,0.

Spartakiádní pretek

Donovaly zasa po dlhšom čase privítali lyžiarov z celého nitrianskeho okresu, ktorí sa tu zišli na spartakiádnom preteku v jazdových disciplínach. V krásnom prostredí horskej prírody si veľmi dobre počínali pretekári z TJ Slávia VŠP Nitra, ktorí skončili vo väčšine disciplín na popredných miestach. V jednotlivých kategóriách zvíťazili:

Obrovský slalom - muži Daniel 50,8, mladší žiaci Podolák 130,4, mladšie žačky Christova 132,4, žiaci do 10 rokov Puškáš (všetci Slávia VŠP Nitra) 138,2, starší dorastenci Holóši 54,8, starší dorastanky Širúčková (oba Gymnázium E. Gudernu) 75,0, mladší dorastenci Pluto (VTJ Nitra) 103,1, starší žiaci Botta (ZDS Gudernu) 125,4, staršie žiačky Jedličková (ZDS Jašíkova) 131,8, žiačky do 10 rokov Plevková (ZDS Janka Kráľa) 337,6.

Slalom - muži Daniel 74,9, ženy Citsonová (oba Slávia VŠP Nitra) 68,0, starší dorastenci Teplý 109,4, mladší dorastenci Pluto (oba VTJ Nitra) 60,1, mladšie dorastanky Fúlopová (gymnázium E. Gudernu) 243,5, staršie žiaci Botta (ZDS Gudernu) 75,6, staršie žiačky Jedličková (ZDS Jašíka) 178,0, mladšie žiačky Viteková 71,2, mladší žiaci Podolák 66,2, žiaci do 10 rokov Puškáš (všetci Slávia VŠP) 85,4, vt.

-ab-

Mladý sduženář

Výbor Svazu lyžování ČUV ČSTV - úsek závodu sduženého vyhlásil na počest 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou soutěž „Mladý sduženář 1975“. Do soutěže bylo vybráno podle výsledků v jednotlivých závodech po deseti závodnicích kategorie mladších a starších žáků a mladšího dorostu, tedy celkem 30 sduženářů. Vedle výsledků v jednotlivých závodech se hodnotila dále kritéria (podle informací ze škol a soustředění):

- prosぺch za poslední klasifikační období
- celkové zhodnocení chování ve škole i na soustředěních
- angažovanost ve společenských organizacích

Vítězem soutěže se stal Roman Kumpošt (Slavia VSST Liberec). Jmenovaný se umístoval v závodech sezóny 1974—1975 na 1.—4. místě. Průměrný jeho úspěch na ZDS v Liberci-Pavlovicích je 1.—, chování jak ve škole, tak i mimo, je vzorné. R. Kumpošt je velmi slušný, ukázněný, ochotný, má velmi dobrý vztah ke spolužákům. Je členem PO, svědomitě plní povinnosti pionýra a jako pionýr se chová i ve škole.

Na 2. místě by vyhodnocen Miloš Semrád (Jiskra Harrachov) před Zdeňkem Plecháčem (Sokol Studenec - žák sportovní školy ZDS Jilemnice).

Oficiální vyhlášení bude při letním kontrolním závodě mladých sduženářů ČSR v Rožnově pod Radhoštěm.

Snímky na první, třetí a čtvrté straně obálky Jaroslav Trousil, na druhé straně Bohumil Novotný. Fotografie uvnitř měsíčníku: František Bursa, Marián Kupka, Jiří Macht a Jaroslav Trousil.



Dorost o tituly přeborníků ČSSR

Sokol Nové Město na Moravě ve spolupráci s Navetou Jablonec uspořádal 13.—16. února zdařilé přebory ČSSR dorostu v běhu na lyžích na Malé Jizerce. Na prvním obrázku trenér čs. reprezentačního družstva juniorek Ilja Matouš v rozhovoru se svou dcerou Zuzanou, která získala dva přebornické tituly v kategorii mladších dorostenek. Vítězové medailí v přeboru mladších dorostenců na 5 km D. Bielený (2.), Z. Weiss (přeborník) a Z. Matějásko (3.). Start mladších dorostenců. Jaromír Saska (156) na trati závodu starších dorostenců na 10 km, v němž byl pátý





lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ ČERVEN 1975 ♦ Kčs 3,—

6





Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

K VÍTĚZSTVÍ
DAGMAR KUZMANOVĚ
V EVROPSKÉM POHÁRU

KODEJŠKA KRÁLEM
BÍLÉ STOPY

JARNÍ TURNÉ
SJEZDAŘŮ

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY VÍTĚZOVĚ EVROPSKÉHO POHÁRU VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH ITAL DIEGO AMPLATZ A ČS. REPREZENTANTKA DAGMAR KUZMANOVÁ, NA DRUHÉ STRANĚ GERT-DIETMAR KLAUSE (NDR), KTERÝ ZVÍTĚZIL V BĚHU NA 25 KM a A BYL DRUHÝ NA 15 KM NA X. TATRANSKÉM POHÁRU, NA ZADNÍ STRANĚ OBÁLKY BÝVALÍ VYNIKAJÍCÍ SKOKANI JIŘÍ RAŠKA A BJÖRN WIRKOLA SE SEŠLI NA LETOŠNÍM MISTROVSTVÍ SVĚTA V LETECH NA RAKOUSKÉM KULMU — DNES PŮSOBÍ OBA JAKO TRENÉŘI

lyžařství

Ročník 61

Číslo 6

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janecký. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eldipes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 86 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 5. května 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813



Ve čtvrtek 29. května byl ve Vladislavském sále na Pražském hradě zvolen prezidentem republiky soudruh Gustáv Husák, jednomyslně navržený kandidát ústředního výboru Komunistické strany Československa a ústředního výboru Národní fronty ČSSR. Oba ústřední výbory projednaly mimořádnou situaci, která vznikla v důsledku vážného a dlouhodobého onemocnění prezidenta republiky armádního generála soudruha Ludvíka Svobody a která znemožnila, aby nadále vykonával úřad hlavy státu. Spolu se vším československým lidem vyslovily hlubokou lítost, že z aktivní a činorodé práce odchází politik a státník, který má čestné a trvalé místo v moderních dějinách našich národů.

Návrh na volbu prezidenta ČSSR předložil Federálnímu shromáždění předseda vlády ČSSR soudruh Lubomír Štrougal. Jeho projev přijali poslanci a hosté dlouhotrvajícím potleskem. V 11.10 hodin vyhlásil předseda Federálního shromáždění soudruh Alois Indra výsledek tajného hlasování. Oznámil, že prezidentem ČSSR pro příští období byl jednomyslně zvolen soudruh Gustáv Husák. Toto sdělení přijalo shromáždění bouřlivým potleskem. Nově zvolený prezident soudruh Gustáv Husák potom složil ústavou předepsaný slib, který stvrdil podpisem.

Jubilejní X. Tatranský pohár -

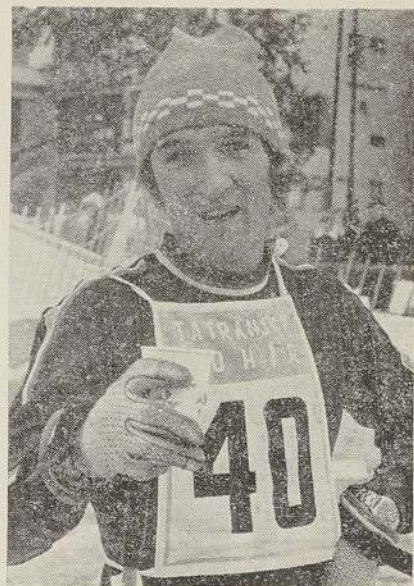
Jubilejní X. ročník Tatranského poháru v klasických disciplínách, který se konal 21.—23. března v Areálu snů na Štrbském Plese, skončil úspěchem zahraničních účastníků. Z československých reprezentantů jedině prvenství si odnesl Stanislav Henych v běhu na 15 km, který v tomto závodě oplatil vítězi letošního Vasova běhu a finišmanu „zlaté“ štafety NDR z loňského mistrovství světa ve Falunu Gert-Dietmaru Klausemu porážku z páteční pětadvacítky na zmrzlé trati. Ledová stopa v tomto závodě poznamenala odřeninami mnoho účastníků běhu na 25 km, jimž se nevyhnul ani vítěz Gert-Dietmar Klause a doběhl do cíle s odřeným obličejem. Henych upadl již na prvním kilometru a odřel si předloktí, přesto obsadil druhé místo před dalšími členy čs. reprezentačního týmu Františkem Šimonem, Jaroslavem Saidlem, Jiřím Beranem a Milanem Jarým. Mezinárodní konkurence v bězích nebyla tentokrát tak silná, jak se očekávalo.

Hodnotnou mezinárodní soutěží byly závody ve skoku. Startovali tři mistři světa v letech na lyžích. První ze šampionátu 1972 v Planici Švýcar Walter Steiner, druhý z MS 1973 v Oberstdorfu a současně dvojnásobný mistr světa 1974 ve skoku Hans-Georg Aschenbach (NDR) a konečně letošní vítěz zlaté medaile na rakouském Kulmu Karel Kodejška. Předními reprezentanty byl také zastoupen Sovětský svaz. Škoda, že chyběli Rakušané a v sobotním závodě za nepříznivých podmínek po těžkém pádu nadějněho čs. juniora Františka Nováka, který utrpěl zlomeninu předloktí, bylo klasifikováno jen jedno kolo. Prvenství si z něho odnesl H. G. Aschenbach za nejdelší skok 104 m. Přední místa obsadili sovětský skokan Sergej Suslikov a mladý Nor Bjärne Näs, kteří skočili o metr méně. Jaroslav Balcar překvapil sedmým místem, junior František Novák uzavíral první desítku 57 startujících. Švýcar Steiner skončil třináctý a Kodejška, který si při skoku 90 m hrábl, se dělil s Milanem Makovcem o 24. místo. Nedělní závod byl mnohem zajímavější a ve znamení lepších výkonů. Jeho začátek pro větrné počasí byl přeložen na odpoledne. Po prvním kole vedl Jurij Kalinin (SSSR), který za skok 105 m dostal 121,0 b., před Kodejškou se 120,8 (104,5 m) a Steinerem 117,2 (103 m). Ve druhém kole délkoví rozhodčí naměřili Kodejškovi 101 m, Kalinin při 98 m upadl a Steiner rozhodl závod nejdelším skokem v soutěži 109,5 m, jímž vyrovnal rekord můstku Gariho Napalkova (SSSR). Hans-Georg Aschenbach (NDR) stylově dokonalým stometrovým skokem si zajistil třetí místo za Kodejškou. V průběhu závodu chvílemi drobně sněžilo.

V závodech sdruženém olympijský vítěz ze Sappora a mistr světa 1974 z Falunu Ulrich Wehling (NDR) na Tatranském poháru znovu potvrdil, že je i v letošní sezóně světovou jedničkou. Zvítězil před svým krajanem Konradem Winklerem a mladým Urbanem Hettichem z NSR. Čs. sdruženářům se v tomto závodě nedařilo. Z členů reprezentačního týmu jen Stanislav Buchta těsně porazil Jaroslava Svobodu z Navety Jablonce, který se na Tatranský pohár svědomitě připravoval. Umístil se před mistrem ČSSR Františkem Zemanem na devátém místě a v běhu jej porazil z čs. reprezentačního týmu jen Josef Pospíšil.

Také našim běžkyním se příliš nedařilo. Jediná bronzová medaile Aleny Bartošové na 5 km je mnohem méně,

než se očekávalo. Naše jednička Blanka Paulů v tomto závodě na zmrzlé stopě necelých 500 m před cílem v zátažce upadla, když v této chvíli jí trenér Bohouš Rázl naměřil nejlepší čas a osmivteřinový náskok před vítězkou Majerczykovou (Polsko). Paulů dokončila závod jen se sebezapřením a se slzami v očích s naraženou pravou



Stanislav Henych při prvním doušku čaje po vítězství v běhu na 15 km

úspěch zahraničních účastníků

nohou. Desítkou byla triumfem závodnic NDR. Zvítězila Sigrun Krauseová před Petzoldovou a Hinzeovou. Anna Pasiarová ze Štrbského Plesa znovu potvrdila v běhu na 10 km, že patří k naší nejlepší trojici žen. Byla čtvrtá a tentokrát porazila Blanku Paulů a Alenu Bartošovou, které se mohou pochlubit nejhodnotnějšími výsledky z členek čs. reprezentačního družstva běžkyň v uplynulé sezóně.

Účast reprezentantů 16 zemí znovu potvrdila, že Tatranský pohár patří mezi nejvýznamnější mezinárodní lyžařské soutěže v klasických disciplínách. Letos měli jeho organizátoři značné potíže s uskutečňováním plánovaného programu. Před jeho zahájením byla ve Vysokých Tatrách velká obleva s deštěm a byly obavy, zda se zejména bude moci uskutečnit závod ve skoku na velkém můstku. V noci ze čtvrtka na pátek umrzlo a při desetistupňovém mrazu v pátek 21. března technici jen s námahou mohli upravit běžeckou stopu, která v několika úsecích vyžadovala zvýšenou opatrnost. Pádům se nevyhnuli ani zkušební závodníci a závodnice. Zesilující vítr po poledni byl na závadu skokům sdruženářů na středním můstku, které byly přerušovány, a nakonec po těžkém pádu člena čs. reprezentačního družstva Vladimíra Rázla přeloženy na sobotu. Stejná situace byla při sobotním závodě skokanů na velkém můstku, při němž bylo absolvováno jen jedno kolo. Nedělní závod ve skoku pro nepříznivé podmínky musel být přeložen z dopoledne na odpoledne, uskutečnil se však v plném rozsahu. Celkem se přišlo podívat na třídní závody do Areálu snů téměř 50 000 diváků.

NĚKOLIK HLASŮ

Ulrich Wehling (NDR): „Bylo to mé deváté vítězství v letošní sezóně z jedenácti mezinárodních závodů, jichž jsem se účastnil. Za nejceněnější po-

kládám první místo na Holmenkolle, ale mám radost i z úspěchu v závodě sdruženém na Tatranském poháru.“

Stanislav Henych po úspěchu na 15 km: „Zdá se mi, že od mistrovství ČSSR v Jizerských horách jsem v lepší formě. Tentokrát byla stopa lepší než při třicítce a jsem rád, že jsem Klausemu oplatil porážku.“

Sigrun Krauseová (NDR): „Mám radost z našeho trojnásobného úspěchu v běhu na 10 km. Pro mne to bylo první vítězství ve větších mezinárodních závodech v letošní sezóně. Zaměřujeme se na trénink na delších tratích, naše družstvo je vyrovnané.“

PŘEHLED VÝSLEDKŮ

Běh mužů na 15 km: 1. Stanislav Henych (ČSSR) 40:10,58 min., 2. Gert-Dietmar Klause (NDR) 40:12,20, 3. Thomas Wassberg (Švédsko) 40:13,61, 4. Axel Lesser (NDR) 41:04,28, 5. Einar Sagstuen (Norsko) 41:06,26, 6. František Šimon 41:10,50, 7. Jiří Beran 41:23,81, 8. Milan Jarý (všichni ČSSR) 41:51,00, 9. Frank Gruber (NDR) 41:51,09, 10. Vilho Hiltunen (Finsko) 41:53,12, 11. Jan Fajstavr (ČSSR) 41:54,97, 12. Matti Pitkanen (Finsko) 41:57,69, 13. Zdeněk Böhm (ČSSR) 42:03,41, 14. Jozef Luszczek (Polsko) 42:07,62, 15. Audun Malvin Nerland (Norsko) 42:12,87. — Startovalo 50 závodníků, z nichž 46 patnáctku dokončilo.

Běh mužů na 25 km: 1. Klause 1:09:54,91 hod., 2. Henych 1:10:14,14, 3. Šimon 1:10:37,95, 4. Jaroslav Saidl (ČSSR) 1:11:54,44, 5. Beran 1:12:03,30, 6. Jarý 1:12:11,61, 7. Franz Renggli (Švýcarsko) 1:12:29,32, 8. Miroslav Zuzánek (Naveta Jablonce) 1:12:34,10, 9. Böhm 1:12:58,64, 10. Stanislav Řezáč (Dukla Liberec) 1:13:10,93, 11. Josef Kubica (ČSSR) 1:13:28,59, 12. Ugo Bonesi (Itálie) 1:13:29,71, 13. Rein-

hold Feichter (Rakousko) 1:13:36,37, 14. Erwin Wallimann (Švýcarsko) 1:13:45,73, 15. Giancarlo Gubetta (Itálie) 1:14:03,46. — Ze 46 startujících 40 závod dokončilo.

Závod sdružený: 1. Ulrich Wehling 434,20 b. [214,2 za skok + 220,00 za běh na 15 km], 2. Konrad Winkler (oba NDR) 423,97 (218,6+205,37), 3. Urban Hettich (NSR) 416,83 (207,6+209,23), 4. Stanislav Kawulok (Polsko) 411,72 (202,0+209,72), 5. Karl Lustenberger (Švýcarsko) 408,11 (213,9+194,21), 6. Stefan Hula (Polsko) 392,52 (205,6+186,92), 7. Jacques Gaillard (Francie) 388,42 (203,3+185,12), 8. Stanislav Buchta (ČSSR) 383,53 (188,4+195,13), 9. Jaroslav Svoboda (Naveta Jablonec) 381,42 (176,3+205,12), 10. František Zeman (ČSSR) 378,79 (184,1+197,59). — Startovalo 28 sdruženářů, 27 závod dokončilo. — **Skok:** 1. Winkler 218,6 (73,5+76), 2. Wehling 214,2 (74+74), 3. Lustenberger 213,9 (73+74), 4. Hettich 207,6 (75+72), 5. Hula 205,6 (75+69,5), 6. Gaillard 203,3 (69+72), 7. Kawulok 202,0 (70,5+70,5), 8. Jan Rabin 196,4 (73,5+69), 9. Andrzej Zarycki (oba Polsko) 193,5 (65,5+71), 10. Buchta 188,4 (68+69,5). — **Běh:** 1. Wehling 44:12,46 - 220,00 b., 2. Kawulok 45:20,91 - 209,72, 3. Hettich 45:24,24 - 209,23, 4. Josef Pospíšil (ČSSR) 45:47,09 - 205,81, 5. Winkler 45:49,90 - 205,37, 6. Svoboda 45:51,63 - 205,12, 7. Toni Schmid (Švýcarsko) 46:50,35 - 196,31, 8. Buchta 46:58,22 - 195,13, 9. Zeman 47:01,14 - 194,69, 10. Siegfried Holub (ČSSR) 47:01,14 - 194,69.

První závod ve skoku na velkém můstku (P 90 m): 1. Hans-Georg Aschenbach (NDR) 120,6 (104 m), 2. Sergej Suslikov (SSSR) 118,2 (103), 3. Bjørn Näs (Norsko) 116,7 (103), 4. Martin Weber (NDR) 115,9 (101), 5. Jerry Martin (USA) 108,2 (98), 6. Dietmar Aschenbach (NDR) 104,8 (97), 7. Jaroslav Balcar (ČSSR) 102,6 (94), 8. Jurij Kalinin (SSSR) 100,2 (93), 9. Anders Lundqvist (Švédsko) 100,1 (94), 10. František Novák 99,3 (92), 11. Ivo Felix (oba ČSSR) 98,3 (92), 12. Bernd Eckstein (NDR) 97,8 (92), 13. Walter Steiner (Švýcarsko) 97,0 (90), 14. Vojko Blažnik (Jugoslávie) 96,8 (92), 15. Rudolf Höhn (ČSSR) 96,4 (91). — Startovalo 57 skokanů, 56 bylo klasifikováno. Pro větrné nepříznivé počasí se uskutečnil jen jeden skok do soutěže.

Druhý závod ve skoku na velkém můstku (P 90 m): 1. Steiner 247,0 (103+109,5), 2. Karel Kodejška (ČSSR) 235,7 (104,5+101), 3. H. G. Aschenbach 224,8 (100+102), 4. Jindřich Balcar (ČSSR) 215,8 (98+99), 5. Näs 213,2 (96+97), 6. Alexandr Karapuzov (SSSR) 212,8 (99+93), 7. Höhn 211,7 (97+96) a Felix 211,7 (96+94), 9. Henry Glass (NDR) 203,1 (95+94), 10. D. Aschenbach 200,7 (92+96), 11. Eckstein 200,5 (91+94), 12. Weber 199,7 (92+91) a Jurij Kalinin (SSSR) 199,7 (105+98 s pádem), 14. Jurij Ivanov (SSSR) 197,0 (88+97), 15. Jaroslav Sláma (ČSSR) 196,6 (94+87,5). — Z 64 startujících bylo 60 klasifikováno.

Běh žen na 5 km: 1. Wladyslawa Majerczyková (Polsko) 16:37,38 min., 2. Liisa Suihkonenová (Finsko) 16:40,52, 3. Alena Bartošová (ČSSR)

16:45,09, 4. Sigrun Krauseová (NDR) 16:46,12, 5. Blanka Paulů (ČSSR) 16:48,41, 6. Petra Hinzeová (NDR) 16:49,12, 7. Anna Pasiarová (ČSSR) 16:49,88, 8. Jozefa Chromiková (Polsko) 16:58,14, 9. Gabriela Sekajová (ČSSR) 17:01,16, 10. Veronika Schmidová (NDR) 17:07,79. — Všech 33 startujících závod dokončilo.

Běh žen na 10 km: 1. Krauseová 35:48,30 min., 2. Barbara Petzoldová (NDR) 35:50,10, 3. Hinzeová 36:19,73, 4. Pasiarová 36:30,49, 5. Paulů 36:33,15, 6. Majerczyková 36:38,69, 7. Suihkonenová 36:40,23, 8. Schmidová 37:05,43, 9. Chromiková 37:22,36, 10. Bartošová 37:37,43. — Z 31 účastnic 27 závod dokončilo. **JAROSLAV TROUSIL**

Rakouský trumf uplynulé sezóny: **FRANZ KLAMMER**

Už uprostřed letošního závodního období vyvolal dvacetiletý „bitevní kůň“ rakouské sjezdářské elity Franz Klammer senzaci: vyhrál za sebou šest sjezdových závodů Světového poháru a překonal tím i rekord Jean-Clauda Killyho, jehož vítězství bylo svého času zastaveno po pátém vítězství. Není proto divu, že se světový tisk, a nejen odborný, vrhl na tohoto záračného rakouského mladíka, aby zkoumal tuto výjimečnou osobnost světové sjezdářské elity, pronikl i do nejskrytějších záhybů Klammerova soukromého a závodnického profilu a objevil ono tajemství, které mu umožňuje jeho fantastické úspěchy.

Ze zaslíbených analytických článků, které vyšly v zahraničním tisku, vyplývá zajímavý obraz. Jedna skupina znalců spatřuje Klammerovo tajemství v jeho technice jízdy, v níž je mimořádně zdůrazněna nezávislá práce každé nohy. Klammer uplatňuje tuto metodu dokonale a přechází v jízdě neustále z jedné lyže na druhou. Někteří francouzští sjezdaři, kteří měří své síly s Klammerem na stejných tratích a sledují ho opravdu velmi důkladně, vyslovují odlišné názory. Např. nejlepší současný francouzský sjezdař Patrice Pellat-Finet proti zmíněnému názoru staví svůj poznatek: „Klammer jede skutečně častěji na jedné lyži než my, ale především proto, že je ve vždycky na samém pokraji katastrofy a že se proto na trati už ani nemůže udržet jinak než na jedné lyži.“

Toni Sailer, nový šéf rakouského národního výběru, řekl novinářům na jejich dotazy, že Klammer nemá jedno, ale několik tajemství, ale zcela jiného druhu. Jedním z nich je podle Sai-

lera Mooswald, Klammerovo rodiště, místo, kde prý Franz načerpal a vždy znovu doplňuje svou výjimečnou psychickou rovnováhu a zdatnost.

Čím tedy vyniká Mooswald, je-li opravdu schopen dodávat Klammerovi jeho výjimečné, „záračné“ psychické vlastnosti? Na pohled ničím zvláštním. Je to nepatrná veska v Korutansku, kde Franz spatřil světlo světa 3. prosince 1954. Tam se také naučil se svými dvěma bratry a sestrou vyvádět na pastvu stádo krav a stádo ovcí, zacházet se sekerou a narovnávat sáhy dřeva podél lesních cest. Získal fyzickou sílu dřevorubce, přitom však má nikoli hranatou, ale elegantní a vysokou postavu. A ani jeho ruce nepřipomínají tvrdou fyzickou práci, ale vypadají spíše jako ruce pianisty. Je vysoký 183 cm a váží 77 kg. Klammer využívá každou příležitost, aby se byl i jen na několik málo dnů, vracel na rodičovský dvůr a ke svému dřívějšímu způsobu života. „Pomáhám rodičům,“ říká, „kácím stromy.“ A dělá to jako kdysi: odchází z domu v



Takhle vypadá Klammerova jízda v závodě — sled akrobatických výkonů v rychlosti až 145 km/hod.

Šest ráno a vrací se až za tmy. Ale kromě toho jsou kolem jezera a když má v létě víc času, jezdí na vodních lyžích, anebo se řítí někde v okolním terénu na svém motocyklu. Kromě toho se Franz rád vrací mezi své mooswaldské spoluobčany, k nimž si zachoval pocit vděčnosti za to, co pro něj všechno udělali, aby se po svých prvních malých úspěších dostal na své závodnické dráze dál.

Kdo by se však domníval, že Franz Klammer se už narodil jaksi s lyžemi na nohou, mylil by se. Mooswald není Kitzbühel a není tam dokonce ani jediný vlek. Malý Franz si mohl zajezdit jen o nedělích nebo o svátcích a prázdninách. Jako malý kluk sledoval šampióny jako Sailera a Zimmermanna jen v televizi. To mu však stačilo k rozhodnutí, že se jednou stane šampiónem jako oni. Ale teprve ve svých patnácti letech se dostává do lyžařského gymnázia, kde odpolední vyučování probíhá na lyžích. Ale ještě v 18 letech je ve třetí garnituře širokého vybraného kádru, ke všemu v době, kdy ani první garnitura nesklízí zrovna mnoho vavříků.

Vedení rakouského lyžařského svazu hledá zachránce, který by obnovil rakouskou lyžařskou slávu, a povolává Toniho Sailera. Ten přijímá, a hned jeho první krok znamená revoluci. „Shromáždil jsem celý národní kádr a řekl jsem jim: Od této chvíle není už žádná skupina A, B nebo C, je jenom jeden reprezentativní kádr. Je na každém, aby si v něm našel místo, které mu náleží.“ Ale Klammer do reprezentace nepronikl. Sailer ho přesto povolal na závod, který se jel začátkem sezóny v Courchevelu. Před závodem mu řekl: „Chceš se dostat mezi kluky z mého mužstva? Tak tedy ukaž, že je umíš prohnat.“ Klammer odstartoval s číslem 60 a skončil čtvrtý. Sailer k novinářům: „Pro mne to bylo jasné.“

O měsíc později opakuje Klammer tentýž kousek v Kitzbühelu. V prosinci 1973 vyhrává svůj první sjezd. Začátkem roku 1974 se umísťuje pravidelně jako druhý, první místo mu uniká.

„V létě jsme ho potom podrobili „zplošťovací“ kúře,“ říká o Klammerovi výrobce jeho lyží, pan Fischer. Původně měla tato metoda zůstat utajena, jenže závodníci nedrželi jazyk za zuby tak, jak měli. Kdekoliv z nich chtěl rovněž projít touto kúrou. Fischer vysvětluje, v čem to spočívá: vybraný závodník dostane lyže vybavené speciálním systémem elektrod. Jakmile lyže při jízdě neleží na sněhu ideálně naplocho, aparatura zaznamená chybu tak, jako jsou zachyceny nepravidelnosti na elektrokardiogramu. Každé vychýlení křivky znamená zbytečné brzdění. Klammer dokázal tyto odchylky od ideálně ploché křivky odstranit nejrychleji. Jeho skluz je dnes prakticky perfektní.

Jen pro závod ve sjezdu má dnes Klammer k dispozici 15 párů lyží. Všechny jsou dlouhé 2,23 metru. Jeho osobní pomocník pro něj připraví pro každý závod dva různé páry, lišící se konstrukcí, a voskované pro dva druhy sněhu pro případ, že v poslední chvíli nastane náhlá změna počasí. V tom však další tajemství Klammerových úspěchů nevězí, poněvadž jak Fischer, tak i jiní výrobci pečují tím-

to způsobem o celou řadu dalších závodníků.

Ale Klammer se vyznačuje něčím, co lze zařadit mezi „tajemství“ jeho úspěchu. Dokázal totiž vytěžit nejvíc z nového, zasvěcení říkají dokonce, že z „revolučního“ způsobu fyzické a kondiční přípravy, kterou zavedl Sailer se svými dvěma pomocníky, trenéry Karlem Kahrem a Udo Alblem. Kahr má na starosti Klammera na trati a Albl mimo ni. Ten hovoří o tom, že příprava na suchu je dnes už přípravou akrobatickou. A Klammer zvládá i nejnáročnější akrobatické prvky. Má jakousi „vrozenou motoričnost“, dokonalejší smysl pro pohyb. Při cvičení na trampolíně zvládal i nejsložitější skoky dopředu a dozadu na třetí pokus.

Stejně vímavý a přizpůsobivý je i za volantem. Albl zdůrazňuje, že přirozená záliba závodníků v rychlosti se pěstuje a velmi vhodně rozvíjí seriózním výcvikem v řízení závodních automobilů. O tom, jaká je souvislost mezi nadáním pro oba tyto sporty, podali už v minulosti důkaz četní sjezdaři, mj. i Francouzi Oreiller a Killy. Klammer projevuje i za volantem vynikající smysl pro ideální linii jízdy. A když už se hovoří o zálibě v rychlosti, Klammer sám tu podhaluje další „tajemství“, spíše psychického rázu: „Pravda je, že jsem nikdy nepocítil strach, i když jsem na lyžích upadl někdy i v stokilometrové rychlosti. Nikdy jsem si však nic nezlomil. Přiznávám ostatně, že to, co mi na lyžích přináší největší zadostiučinění, je právě posunovat hranici a mé vlastní meze až do nejkrajnějších možností.“ Hlavně těmito svými posledními slovy Klammer do jisté míry potvrzuje to, co o něm — pokud jde o techniku jízdy — řekl jeho výše citovaný francouzský kolega. Klammer skutečně jezdí maximálně riskantně, a ne jeden zdánlivě nový technický prvek, který i nejlepší odborníci zaznamenávají s údivem, není zřejmě ničím jiným než jakýmsi záchranným opatřením, které si tento způsob jízdy vynucuje. Klammerovo skvělé umění a jedinečný vrozený cit však spočívají v tom, že dovede zajet celý závod doslova neustále na této extrémní hranici rizika, aniž jí i v nejkrajnějších situacích překročí. Způsob, jak se překročení této hranice dovede ubránit, vypadá technicky někdy snad trochu divoce, ale dosud se ukázalo, že je téměř sto procentně účinný. A co je hlavní: tato koncepce jízdy a schopnost techniky, fyzicky a psychicky ji zvládnout umožňuje Klammerovi být skoro po každé o tolik rychlejší, aby bezpečně porazil celé pole svých soupeřů.

Dokud se mu ve všech těchto kvalitách něco nevyrovná, zachová si Klammer ještě nadlouho pověst ďábla, který doslova vystřelil ze startu a přeměňuje sjezdový závod v nepřerušovaný sled akrobatických čísel, v rychlosti až 145 kilometrů za hodinu. Televizní diváky popadá při pohledu na jeho jízdu bez pádu stejný pocit hrůzy, jako při pohledu na těžké pády některých jeho kolegů s vysokými startovními čísly ve stokilometrové rychlosti. Klammer sám má ovšem jiný pocit: „Je tu ještě něco, na co jsem zapomněl — ten podivný lehký pocit, který mám pod svými chodidly, jakmile vyrazím na trať, a který snad ti druzí nemají.“

Ing. PAVEL BORSKÝ

Jak dál se závodem ve sjezdu?

Nebylo by správné tvrdit, že závodní lyžařský sport, zejména závod ve sjezdu, je bez rizika. Série vážných a tragických úrazů, ke kterým v různých částech světa v minulosti došlo, potvrzuje, že závodní lyžování je sportem, k němuž je nutno přistupovat s největším respektem a s velkou odpovědností.

Pravidla lyžařských závodů a mezinárodní soutěžní řád (MSŘ) definují závod ve sjezdu mužů jako zkoušku technické vyspělosti a tělesné připravenosti, ale také odvahy závodníka. Proto trať, na které se jede, musí být maximálně náročná. Náročnost však nesmí být na úkor bezpečnosti, lépe řečeno, trať nesmí být nebezpečná. Sjezdová trať pro ženy má být „kontrolovanou“ trať; náš předpis rychlost ve sjezdu žen dokonce limituje na 65 km/hod. Rozhodnout zda sjezdová trať je náročná, a to má být, anebo je-li nebezpečná, a to nesmí být, bývá často velmi obtížné. Faktem zůstává, že v každém sportu, jehož obsahem je především rychlost, nelze zcela vyloučit riziko úrazu. Ve sjezdovém sportu jsou vážné a tragické úrazy na štěstí poměrně výjimkou, ale jsou.

Uplynulá sezóna z hlediska bezpečnosti závodníků byla velmi špatnou. Tentokrát převážně proto, že někteří organizátoři velkých mezinárodních závodů dosud nepochopili, že sjezdový závod dneška změnil zásadně svůj charakter. Jeho dominujícím kritériem se stala rychlost. Ta nesnáší přírodní překážky na trati, které dříve sloužily k přezkoušování závodnickovy technické vyspělosti.

Dnešní tempa na mezinárodních sjezdových tratích jsou tak vysoká, že sjezdaři potřebují to, co s jistotou dávkou ironie bývá častokrát kritizováno — perfektně upravené tratě, právě sjezdové dráhy s dostatečnými pádovými prostory podél tratě. Pro současné maximální rychlosti 120–130 km/hod. jsou i zdánlivě hladké tratě velmi často nebezpečné. Zvýšené nebezpečí spočívá v přiblížení se k hranici absolutní možné rychlosti. Znamé klasické sjezdové tratě, jako je Lauberhorn ve Wengenu, Streif v Kitzbühelu a další, které již před 10–15 lety byly pokládány za velmi těžké, se stále „vylepšují“. Sjíždějí se stále razantněji při narůstajících rychlostech. Jednou však bude dosaženo vrcholu, kdy lidský organismus při těžkých pádech již nebude moci zabránit vážným zraněním. Pak asi bude nutno zodpovědět široké lyžařské veřejnosti otázku, zda má vůbec smysl, aby zdraví a silní mladí lidé se vrhali do pochybného dobrodružství.

Při těchto rychlých jízdách schází často potřebná síla k poslednímu svihu za cílem. Právě tak projel mladý finský závodník na mistrovství Evro-

py juniorů v Mayrhofenu cílovým prostorem, narazil na strom a na místě skončil. Zajištění cílového prostoru slaměnými matracemi bylo provedeno nezodpovědně. Provést bezpečnostní opatření v cílovém prostoru patří k základním povinnostem pořadatele. Nedostatků v tomto směru, dokonce se smrtelnými následky, jsou neodpuštělné. VSL ÚV ČSTV protestoval u předsedy federace Marca Hodlera proti řadě neústátek, kterými závody MEJ 1975 v Mayrhofenu byly poznamenány.

Stejně neomluvitelné je nechat závodníky, zejména závodnice, sjíždět tratě, které i při použití nejmodernějších mechanizačních prostředků jsou upraveny nedostatečně (Innsbruck - ženy), ve 100 km rychlosti. Takové tratě mohou vést k těžkým pádům a způsobit životu nebezpečná zranění. Odstraňujícím příkladem, jak ukázala letošní zima, je trasa sjezdové tratě v Megève. Po změně úseku, který svého času stál život Michela Bozona, byla trať federací homologována v roce 1973. Při letošním Kandaharu najížděli závodníci nejnebezpečnější místo, tam kde trať přetíná silnici, za velmi špatné viditelnosti rychlostí 120 km/hod. Silnici přeskakovali a doskakovali na ploché, velmi nedokonalé upravené místo. Zde zakončila svou jízdu řada špičkových jezdců těžkými pády, mezi nimi Klammer, Zwilling, Grissmann, Russi, Angličan Bartelski aj. Tři z nich — Bartelski v těžkém bezvědomí — museli být hospitalizováni. Po přerušení tohoto závodu k úpravě tratě a opětném pokračování v závoji následovaly další pády. Odborný tisk byl v kritice nemilosrdný, jak patrně z nadpisů článků, kupř. „Trať smrti“, „Skandál v Megève“, „závod odstartován za zločinných podmínek“ apod. Ostrá slova kritiky, adresovaná pořadatelům, ale i FIS, odpovědné za vývoj sjezdového sportu ve světě, vyvolala atmosféru podobné situaci z konce padesátých let. Tehdy závod ve sjezdu byl ohrožen v samotné své existenci (2 smrtelné úrazy). Je to přirozené, vždyť dnes každý takový závod, jakým je Kandahar, se dle televize jede za kontroly miliónů diváků.

Zdá se, že nadešla doba, kdy je nutno si položit otázku, jak dál se sjezdovým závodem. Se stále vylepšovaným materiálem za současného odstraňování nerovností a překážek na tratích, se jezdí stále větší rychlostí, jsou docilovány nové a nové traťové rekordy. Jestliže vynikající jezdec, jakým je Klammer, je schopen zvládnout trať jen s vypětím všech sil, jak bylo možno vidět v televizním přenosu z Kitzbühelu (druhá brána před cílem na sjezdu) a jestliže na stejném místě v tomtéž závodě dva mistři světa a dva vítězové SP ve sjezdu po těžkých pádech ukončí závod, pak patrně bylo dosaženo nejvyšší hranice lidských možností.

V Mayrhofenu obětoval mladý junior svůj život. V Megève nebyli nejlepší sjezdaři světa s to zvládnout nadměrné obtížnosti tratě. V Mayrhofenu i Megève selhali organizátoři, selhala i federace. Nebylo by bývalo lépe závod v Megève po těžkých pádech přerušit? Pořadatelé velkých závodů v alpských zemích budou muset najít novou koncepci pro svou práci. Vedoucí myšlenkou musí být — bez-

pečnost jezdců především. Vše ostatní má sekundární význam, snahy po senzací tu nemají místo.

Jaká je tedy alternativa pro sjezdový závod?

Bezpečně, dobře upravené tratě, dovolují všestranně trénovanému špičkovému jezdcovi dosahovat průměrné rychlosti i kolem 100 km/hod. Rizika úrazu v takovémto případě jsou poměrně malá. Jakmile však závodník je přinucen závodit za špatných podmínek na trati, riziko úrazovosti nepřiměřeně narůstá, a to i při podstatně nižších rychlostech. Špatně upravená trať představuje riziko, se kterým by se neměl smířovat pořadatel, tím méně pak závodník a v žádném případě technický delegát FIS.

Průměrné rychlosti 95—105 km/hod., docilované v posledních dvou letech na mezinárodních tratích, jsou patrně maximem, které je člověk schopen zvládnout. Větší rychlosti by asi byly problematickým pokrokem. Soudě podle MS 1974 ve Sv. Mořici, kde trať vykazovala všechny druhy obtížností (členitost, šusy, skoky, obtížné oblouky) není vyloučeno, že vývoj sjezdového závodu v nejbližší budoucnosti se opět vrátí k větší techničnosti, která by usměrňovala rychlost. Zde bude muset říci své slovo také federace a to nebude jednoduché.

Dr. OTTO KULHÁNEK



Cindy Nelsonová (USA); jedna z překvapení Světového poháru žen ve sjezdových disciplínách

Stříbrná medaile B. Zemana na mistrovství Evropy

Na juniorském mistrovství Evropy 1975 ve sjezdových disciplínách 27. ledna až 2. února v rakouském zimním středisku Mayrhofenu v tyrolských Alpách čs. reprezentant Bohumír Zeman vybojoval stříbrnou medaili ve slalomu.

Československo na juniorském evropském šampionátu při účasti nejlepších závodníků a závodnic z 22 evropských zemí, Argentiny, Kanady a USA reprezentovalo šest sjezdařů a čtyři sjezdařky. Ve slalomu a obřím slalomu do výkonnostní hegemonie lyžařů alpských zemí se prosadili Jugoslávci Križaj, náš Zeman a Švéd Jakobsson. Ve sjezdu jsou alpské země v evropské juniorské špičce stále bez konkurence. Ze socialistických zemí byli mladí čs. reprezentanti nejúspěšnější spolu s Jugoslávci a Sovětským svazem.

Úroveň soutěží byla vysoká, o čemž svědčí poměrně nízké FIS přírázky. Ve slalomu u juniorů 23,67, u juniorek 29,41, v obřím slalomu 21,59 a 29,50, ve sjezdu 35,00 a 30,17. Zajímavý byl výběr tratí pro závod. Trať pro sjezd, obří slalom, ale i slalom lze charakterizovat převládajícími dlouhými úseky bez velkých členitostí a sklonu svažku. Zejména závod v obřím slalomu (obě kola na stejné trati) se jel v první polovině trasy od startu na rovině dlouhé téměř 800 m se dvěma terénními boulemi, aby se jelo z roviny do kopce. Trať pro sjezd a obří slalom svým charakterem, sklonem a členitostí méně vyhovovaly technice našich závodníků. Ve sjezdu byly největší rozdíly v technice čs. juniorů a mladých lyžařů alpských zemí.

Celkově lze hodnotit čs. účast jako úspěšnou vzhledem k velmi dobrým umístěním Bohumíra Zemana a Jany Soltýsové. Druhé místo Zemana ve slalomu je jeho životním úspěchem v juniorské kategorii. Výsledky Zemana a Soltýsové jsou nejlepší, jaké čs. lyžování na MEJ a dřívějších Evropských kritériích mládeže ve sjezdových disciplínách dosáhlo. Ukázalo se, že naše cesta v přípravě a celkové koncepci je správná.

Ostatní čs. mladí sjezdaři dosáhli jen průměrných výkonů a zůstali ve středu závodního pole. Richard Kič, druhý nejlepší po Zemanovi, zaznamenal nejlepší zlepšení FIS bodů. František Kolín ve slalomu a obřím slalomu nesplnil očekávání po předcházejících výsledcích a vzhledem k losovací skupině. Juraj Gažík podal slabší výkon než má předpoklady. Výsledek Zbynka Reitmayera ve slalomu a sjezdu odpovídá jeho možnostem, obří slalom nedokončil. Michal Kárník svůj první velký závod zatím nezvládl. Z juniorek Jana Zemanová, výkonnostně druhá, podala dobrý výkon ve slalomu a obřím slalomu. Věra Brixiová při prvním zahraničním startu zajela dobře, Pavla Walachová nesplnila očekávání. Ukazuje se, že pro dosažení lepších výsledků je nutná účast těch, s nimiž se počítá pro MEJ, v Evropském poháru.

Pro úplnost hodnocení naší účasti je dobré ještě srovnání objemu společné přípravy družstva juniorů na sněhu před MEJ 1975 a MEJ 1974.

	1975	1974
slalom	5727 bran	-1773 bran
obří slalom	6602 bran	+3106 bran
sjezd	36 km	+ 60 km
volná jízda	380,5 km	- 9,5 km

V uvedeném objemu není zahrnut trénink slalomu a volné jízdy na umělé hmotě (slalom 3620 bran a volná jízda 22,7 km), jakož i samostatná příprava jednotlivých členů družstva.

Vedoucí čs. výpravy, členka předsednictva VSL ÚV ČSTV Magda Holá připomenula nedostatky organizátorů při MEJ. Cílový dojezd při sjezdu juniorů byl krátký a mnohá děvčata končila závod v lese mezi stromy. Polská reprezentantka utrpěla těžkou zlomeninu za cílem u slamených zábran a trvalo velmi dlouho, než se jí dostalo lékařského ošetření. Při sjezdu juniorů došlo k tragické smrti finského závodníka Vupola. Průběhu závodů chyběl přátelský duch a srdečnost. Vrcholné evropské závody mládeže si zasluhovaly větší péči pořadatelů.

Přinášíme vítěze jednotlivých disciplín a umístění čs. reprezentantů.

Slalom - junioři: 1. B. Křižaj [Jugoslávie] 75,60 vt. - 0,00 b., 2. B. Zeman 76,70 - 8,10, 20. R. Kič 80,10 - 31,10, 35. Z. Reitmayer 82,97 - 49,22, 38. M. Kárník 84,04 - 55,64 b. J. Gažík a F. Kolín vzdali. — **Juniorky:** 1. M. Berweínová [NSR] 88,57 vt. - 0,00 b., 7. J. Šoltýsová 91,02 - 14,86, 13. J. Zemanová 92,43 - 23,89 b. V. Brixiová a P. Walachová vzdaly.

Obří slalom - junioři: 1. A. Wenzel [Lichtenštejnsko] 2:37,48 min. - 0,00 b., 11. B. Zeman 2:41,56 - 16,50, 29. J. Gažík 2:45,95 - 32,69, 34. F. Kolín 2:46,66 - 35,25 b. M. Kárník, R. Kič a Z. Reitmayer vzdali. — **Juniorky:** 1. M. Ellmerová [Rakousko] 1:20,94 min. - 0,00 b., 24. J. Šoltýsová 1:25,58 - 35,17, 25. J. Zemanová 1:25,70 - 36,05, 33. V. Brixiová 1:26,89 - 44,64, 38. P. Walachová 1:29,35 - 61,89 b.

Sjezd - junioři: 1. M. Veith [NSR] 1:59,44 min. - 0,00 b., 6. B. Zeman 2:03,53 - 21,35, 44. R. Kič 2:09,99 - 52,94, 49. J. Gažík 2:10,71 - 56,34, 53. F. Kolín 2:11,33 - 59,19, 58. Z. Reitmayer 2:12,39 - 64,07, 63. M. Kárník 2:15,86 - 79,75. — **Juniorky:** 1. T. Fjelstadová [Norsko] 1:40,96 min. - 0,00 b., 16. J. Šoltýsová 1:46,97 - 36,36, 22. V. Brixiová 1:49,07 - 48,12, 28. P. Walachová 1:51,48 - 61,31, 35. J. Zemanová 1:54,21 - 75,80 b.

JIRÍ JIRSA

trénér juniorského družstva ČSSR

Fotografie na první straně obálky **Ladislav Zacharides**, na druhé, třetí a zadní straně obálky **Jaroslav Trousil**, uvnitř měsíčníku **ing. Pavel Borský**, **František Bursa**, **Miroslav Hladík**, **Jaroslav Trousil** a **Ladislav Zacharides**.

JUBILEJNÍ X. ROČNÍK BĚŽECKÉ LIGY

Máme za sebou další zimu a s ní již 10. ročník běžecké I. ligy. Tato soutěž byla vyhlášena jako celostátní v roce 1965. Od tohoto roku soutěží mezi sebou naše nejlepší lyžařské oddíly z celé republiky. Každoročně dochází ke změnám sestupem posledních, které nahrazují nové oddíly, postupující do I. ligy ze soutěže pořádané Svazem lyžování ČUV ČSTV a SÚV ČSTV. Chybí v ní však tělovýchovné jednoty ozbrojených složek, které dosud měly jen kolektivny mužů. Letos tuto tradici porušila Rudá hvězda Štrbské Pleso, která v závodnickém kolektivu vrcholového střediska má i ženy.

Z oddílů, které byly před deseti lety zařazeny do I. ligy, jen čtvy se udržely ve všech ročnících. Jsou to Ještěd Liberec, Slavia Praha VŠ, Sokol Nové Město na Moravě a ČZ Strakonice. Ostatní se v naší vrcholné běžecké soutěži střídaly. Kádr lyžařských oddílů se sice rozšířil, ale kolektivny, které si vybojovaly postup z II. ligy, se v první lize neudržely déle než dva roky.

V letošním ročníku soutěžilo jen 9 lyžařských oddílů, neboť účast odvolala TJ Vysoké Tatry pro přestup většiny závodníků do RH Štrbské Pleso, stejně jako Autoškoda Vrchlabí pro nedostatečný počet žen. Dvanáctý oddíl nemohl být doplněn o vítěze slovenské ligy, neboť tam soutěž neproběhla v duchu pravidel. Celkem bylo v I. běžecké lize registrováno v soupiskách 73 mužů a 45 žen.

Lyžařské oddíly, které se letos zúčastnily této soutěže, se umístily i v celkovém hodnocení oddílů podle umístění závodníků v celostátním žebříčku na prvních místech a jen tělovýchovné jednoty ozbrojených složek se mezi ně vklínily. Je zřejmé, že jde o naše nejlepší lyžařské oddíly TJ V ČSTV. Také tentokrát měla I. liga zajímavý průběh a jen Naveta Jablonec od počátku až do konce si udržovala první místo. Závodníci ostatních oddílů měli střídavé výkony, což mělo vliv na umístění v jed-

notlivých kolech. Pořadí se měnilo v průběhu soutěže, jak je zřejmé z celkové tabulky. V každém případě je však možno konstatovat, že tato kolektivní soutěž oživuje lyžařské běžecké závody. Oddíly mají o ni zájem a věnují jí plnou pozornost. Přispívá ke zvyšování výkonnosti závodníků, kteří chtějí získat pro oddíl pokud možno největší počet bodů. Letos vzhledem k vytváření středisek vrcholového sportu nebyla jednoznačně řešena otázka sestupu a postupu, která měla být vyřešena po zahájení činnosti SVS.

V roce 1976 by měl být v I. lize opět plný počet 12 kolektivů. Sestoupil by poslední oddíl, postoupily by tři lyžařské oddíly, které zvítězily ve skupinách II. ligy a k nim by přistoupila RH Štrbské Pleso, která již letos žádala o zařazení do vrcholné běžecké soutěže a umístila se v celostátním žebříčku na prvním místě.

Ojediněle se každým rokem ozývají hlasy, aby se konala odděleně soutěž mužů a žen, což však považují za nevhodné. Společná vrcholná soutěž byla založena s myšlenkou, aby posílila závodní lyžování žen. Žebříček oddílů podle umístění závodníků znovu dokumentuje, že u mužů i u žen jsou na předních místech prvotřídní oddíly. Pouze Univerzita Brno se v ženách se čtyřmi závodnicemi umístila na 7. místě a nemá v žebříčku žádné muže.

Oddíly I. ligy by měly v první řadě prohloubit péči o mladé závodnice, jakož i juniorky a starší dorostenky, které podle pravidel soutěže mohou v ní startovat. Rozhodnutí musí učinit VSL ČSTV a jeho odborní komise (STK a úsek běhu), aby soutěže pomáhaly závodnímu lyžování a jeho dalšímu rozvoji. Dobrá tradice a poslední úspěšné mezinárodní výsledky k tomu zavazují.

Vítězem I. lyžařské běžecké ligy a mistrem ČSSR družstev v běhu na lyžích pro rok 1975 se stal lyžařský oddíl Navety Jablonec. K tomuto úspěchu mu blahopřejeme.

TABULKA I. BĚŽECKÉ LIGY 1975

Pořadí	Lyžařský oddíl TJ	1. závod (Jizerka)		2. závod (Pustevny)		3. závod (Jizerka)		Celkem bodů		
		body	pořadí	body	pořadí	body	pořadí	ženy	muži	celk.
1.	Naveta Jablonec	589,0	1.	640,0	1.	695,0	1.	846,0	1078,0	1924,0
2.	Slávie VŠ Praha	555,0	3.	617,0	2.	618,5	2.	716,0	1074,5	1790,5
3.	Tesla Liptov. Hrádok	553,0	4.	521,5	3.	471,5	5.	726,0	820,0	1546,0
4.	ČZ Strakonice	464,5	5.	500,0	4.	514,0	3.	608,0	870,5	1478,5
5.	S. Nové Město na M.	558,5	2.	484,5	5.	434,0	7.	700,0	770,0	1470,0
6.	Ski Jilemnice	433,0	7.	388,5	6.	470,0	6.	522,0	769,5	1291,5
7.	Sl. Chemie Praha	365,0	8.	363,0	7.	511,0	4.	574,0	665,0	1239,0
8.	MEZ Frenštát	445,5	6.	346,5	8.	381,0	9.	534,0	639,0	1173,0
9.	Ještěd Liberec	189,0	9.	287,5	9.	421,5	8.	249,0	649,0	898,0

FRANTIŠEK TĀBORSKÝ



Jiří Beran (Dukla Liberec) patřil k nejúspěšnějším běžcům uplynulé sezóny

K didaktice běhu na lyžích

Na X. kongresu Interski ve Vysokých Tatrách byly předvedeny také ukázky běhu na lyžích. Praktické ukázce na sněhu předcházela jedna z nejhodnotnějších přednášek, kterou měl dr. Felix Chovanec z FTVS KU. Ukázka měla velký úspěch a byla hodnocena shodně všemi odborníky jako nejlepší z ukázek klasických disciplín. Uveřejňujeme proto přednášku dr. Felixe Chovance K didaktice běhu na lyžích.



Běh na lyžích je jednou ze základních závodních lyžařských disciplín, je součástí dalších soutěží — biatlonu, zimního orientačního běhu atd., a získává stále větší uplatnění v zimní turistice, v zimní rekreaci, a má velký význam v lyžařském výcviku mládeže.

Běh na lyžích je nutno v současné době chápat a rozlišovat jako

- běh na lyžích jako závodní lyžařskou disciplínu,
- lyžování na běžeckých tratích, tj. putování v terénu a jeho zvládnutí s běžeckým vybavením a s běžeckou technikou.

Je třeba si uvědomit, že význam a účinnost běhu na lyžích se zvyšuje s úrovní osvojování a zvládnutí pohybových dovedností na lyžích. Proto jsou aktuální snahy vypracovat učební postupy tak, aby obsahová stránka odpovídala jednak možnostem a schopnostem široké populace naší mládeže a dospělých, jednak aby byla účelná vzhledem k prostředí a podmínkám výcviku a vyúsťovala v biologicky účinnou a motivačně přitažlivou pohybovou činnost.

Výcvik v běhu na lyžích je součástí senzomotorického učení, které je specifickou formou obecného učení. Je to pedagogický proces, při kterém je nutno nejen plně respektovat a využívat obecné didaktické zásady, ale současně nutno brát v úvahu zvláštnosti a specifické podmínky lyžařského běhu, které vyplývají z charakteru pohybové činnosti a z vnějšího prostředí, ve kterém výcvik probíhá.

Ve srovnání s jinými sportovními disciplínami je výcvik v běhu na lyžích charakterizován především specifícností vnějšího prostředí a náročností a složitostí pohybové činnosti.

Znalost, respektování a využití těchto specifických znaků pomáhá a vede k vyšší efektivitě výcviku a k pochopení případných neúspěchů, k jejich překonávání atd.

Specifičnost vnějšího prostředí znamená, že při běhu na lyžích se neustále mění sklon stopy, kvalita sněhu a stopy atd. Rovněž podmínky výcviku jsou z hlediska vnějšího prostředí proměnlivé, mluvíme tedy o variabilitě vnějšího prostředí.

Specifičnost vnějšího prostředí znamená, že ačkoliv jedním ze základních didaktických požadavků je požadavek nácviku v optimálních podmínkách, tj. co nejhodnotnější volba a úprava cvičné stopy, svahu atd., při výcviku v lyžování není vždy snadné vybrat a upravit terén a snít podle optimální potřeby. To znamená, že optimalizace podmínek výcviku z hlediska vnějšího prostředí je při výcviku v běhu na lyžích velmi nesnadná.

Náročnost a složitost pohybové činnosti spočívá v tom, že při běhu na lyžích je lyžař ovlivňován vedle vnitřních i řadou vnějších činitelů. Docílení statodynamického postoje při skluzném pohybu lyže je velmi nesnadné, podmíněně úrovní smyslového vnímání, kinestéze a motorické koordinace. Rovnováha ve skluzu je ztěžována stálou změnou podmínek, které na ni působí.

Běh na lyžích charakterizujeme jako pohybově všestrannou, převážně cyklickou činnost s relativně málo rozsáhlými pohybovými strukturami. Vyznačuje se však vysokou náročností na účelnost a přesnost provedení jednotlivých pohybových prvků i pohybových operací v časových, prostorových i dynamických ukazatelích.

Po tomto stručném úvodu, ve kterém jsme se pokusili uvést základní charakteristiky běhu na lyžích, nutně k hlubšímu porozumění didaktických otázek, pokusíme se rozvést teoretické poznatky motorického učení na základě našich empirických zkušeností do specifických a konkrétních otázek výcviku v běhu na lyžích, jak je u nás provádíme.

Zvýšený zřetel k vyučovacímu procesu v lyžování se stává závažným kritériem při řešení koncepce běžeckého výcviku. Otázka učiva, jeho výběru a metodického zpracování ve vztahu k jeho zaměření se stává jedním z předních aktuálních problémů lyžařského výcviku, zejména mládeže.

Výcvik v běhu na lyžích chápeme jako proces nebo soubor dílčích procesů, vytvářející určité dovednosti, vybrané a zaměřené k dosažení stanoveného cíle. Tento proces je **cyklický a fázový**, to znamená, že v průběhu opakovaného cvičení dochází v různých výcvikových etapách k postupnému přechodu od nižších pohybových kvalit k vyšším.

Za důležité pokládáme rovněž chápání obsahové stránky výcviku jako **systému otevřených dovedností**, tvořících jednotu určitých souborů či jednotlivých cviků, spojených v organický celek.

Konkrétním vyjádřením procesní a obsahové stránky výcviku je pro nás etapovitě členění výcviku, které vychází z didaktického pohledu, a to z vývojového hlediska při vytváření lyžařských pohybových dovedností v jejich komplexnosti.

Uplatňování vývojového hlediska v lyžařském výcviku znamená přecházet od nižší kvality pohybové dovednosti k vyšší kvalitě, zahrnuje zásadu cykličnosti lyžařského výcviku, tj. opakování jednotlivých lyžařských prvků a jejich nácvik na různé vývojové úrovni jednotlivých výcvikových etap. Zdůrazňuje se dále zásada nácviku od základních pohybových dovedností k rozšiřujícím se pohybovým dovednostem.

Etapovitě členění výcviku vychází z návaznosti od základních prvků až po závodní výcvik. Jednotlivé etapy výcviku, tj. etapa základní, speciální a vrcholová, mají své cíle a úkoly, které odpovídají jednotlivým vývojovým stupňům a úrovni nácviku běžecké techniky.

V dalším se pokusíme stručně charakterizovat jednotlivé etapy.

Členění běhu na lyžích na výcvikové etapy:

Etapa	Úkol	Obsah
1. Základní	nácvik základní techniky běhu na lyžích	1. základy běhu
		2. základní běžecké způsoby
2. Speciální	zdokonalování a rozšiřování techniky běhu na lyžích	1. běh střídavý a soupažný
		2. aplikace běžeckých způsobů

3. **Vrcholová** nácvik vrcholové závodní techniky
1. zdokonalování techniky běhu z hlediska závodní činnosti
 2. taktika v technice běhu

Jednotlivé etapy a jejich výcvikový obsah:

1. ETAPA — **ZÁKLADNÍ**

Nácvik základní techniky běhu na lyžích

1. část: **ZÁKLADY BĚHU**

Základní prvky
Odšlapování ke svahu až ze spádnice
Bruslení z mírného svahu
Přejíždění terénních nerovností
Jízda s odpichem soupaž
Zrychlená chůze
Chůze skluzem
Brzdění pluhem

2. část: **ZÁKLADNÍ BĚŽECKÉ ZPŮSOBY**

Základy zatáčení oblouky
Odšlapování přes spádnici (do „S“)
Bruslení na rovině
Základní střídavý běh
Základní běh soupažný jednoduchý a dvoudobý

2. ETAPA — **SPECIÁLNÍ**

Zdokonalování a rozšiřování běžecké techniky

1. část: **BĚH STŘÍDAVÝ A SOUPAŽNÝ**

Sjíždění přes terénní nerovnosti ve vyšších rychlostech a v různých postojích
Změny směru odšlapováním, odšlápnutím, přešlapováním a oblouky
Běh střídavý dvoudobý a čtyřdobý
Běh soupažný jednoduchý a dvoudobý
Výstupy během střídavým, soupažným během, během prostým a stoupacím krokem

2. část: **APLIKACE BĚŽECKÝCH ZPŮSOBŮ**

Kombinování běžeckých způsobů
Modifikace běhu ve stoupání, přizpůsobení sněhovým a traťovým podmínkám

3. ETAPA — **VRCHOLOVÁ**

Nácvik vrcholové závodní techniky

1. část: **ZDOKONALOVÁNÍ TECHNIKY Z HLEDISKA ZÁVODNÍ ČINNOSTI**

Nácvik optimálního tempa běhu na různých úsecích tratě a v závěru závodu
Nácvik startu, startu ve štafetách
Zdokonalování techniky běhu ve stoupání
Individualizace techniky
Nácvik techniky při únavě

2. část: **TAKTIKA V TECHNICE BĚHU**

Modelování techniky v závodních podmínkách
Volba optimálního způsobu běhu i ve ztížených podmínkách.

Jak je patrné z obsahu uvedených etap, výcvik je svým rozsahem zaměřen všestranně. Vedou nás k tomu dva důvody. Jednak vyžaduje zvládnutí terénu a běžecké tratě pestrou paletu různých prvků — výstupů, sjezdů, změn



Kapitánka čs. družstva běžkyň Alena Bartošová při mistrovství ČSSR v Jizerských horách



Stanislav Henych (Dukla Liberec) při mistrovství ČSSR v Jizerských horách

směrů atd. z hlediska účelového, jednak nám všestrannost pomáhá při vytváření pohybové jistoty a pohybových zkušeností, což je ve výcviku v běhu na lyžích tak důležité z hlediska metodického.

Základní a určující složkou běžecké techniky jsou jednotlivé způsoby běhu na lyžích, kterými je vlastně běh na lyžích charakterizován. Základní běžecké způsoby mají mnoho variant — modifikaci, pomocí kterých se způsob běhu přizpůsobuje, stává se adekvátním variabilitě trati a sněhu.

Vlastní výcvik jednotlivých běžeckých způsobů lze rozdělit na pět stěžejních výcvikových úkolů:

- nácvik skluzové rovnováhy,
- nácvik odrazu nohou,
- nácvik odpichu pažemi,
- nácvik koordinace pohybů nohou a paží atd.,
- přizpůsobení běhu profilu a charakteru tratě.

Jízda ve skluzu bývá považována za jeden z nejjednodušších prvků běhu na lyžích. Ve skutečnosti tomu tak není, jízda ve skluzu je velmi náročná. Nezíská-li cvičenec jistotu ve skluzovém postoji, nedokáže se naučit správné technice běhu na lyžích. Nedostatek rovnováhy a z toho plynoucí pocit nejistoty způsobuje slabý odraz, nedokonalé, neúplné přenesení váhy těla na skluznou lyži, a dochází ke skluzu na obou lyžích současně.

Nácvik odrazu je jedna z nejdůležitějších fází výcviku. Je třeba jí věnovat velkou pozornost a často procvičovat. Nácvik odrazu provádíme nejdříve v rychlé stopě (která se mírně svažuje), abychom snadno docílili skluzu i při málo intenzivním odrazu. Postupně podmínky odrazu ztěžujeme.

Při nácviku se zaměřujeme:

- na správně provedenou přípravu na odraz,
- na vystižení doby odrazu,
- na uvolnění nohy po odraze,
- na to, aby odraz začínal z nízkého postoje, a
- aby odraz byl zakončen naptutím odrazové nohy.

Z metodického hlediska se nám jeví jako obtížný nácvik koordinace pohybů nohou a paží. Běžně se nacvičuje běh střídavý bez holí (odraz a rovnováha) a pak běh s holemi. Zde pak při dalším nácviku sladění uvedených prvků dochází k **interferenci**, tj. negativnímu, brzdicímu působení již dříve fixovaných pohybových návyků či dovedností. Z chůze a z atletického běhu jsou zařizovány rytmicko-časové vztahy koordinace pohybů paže—noha, které jsou odlišné od rytmicko-časových vztahů pohybů paže—noha při běhu na lyžích.

Při prodlužování skluzu, ať už zdokonalováním vlastního odrazu nohou či použitím rychlé stopy nebo svažující se stopy, dochází k diskordinaci pohybů paže—noha a výsledkem je tzv. „pasgang“ neboli běh stejnostranný.

Z těchto důvodů je výhodné nacvičovat zkvalitňování odrazu nohou zintenzivňováním pohybů při odrazu nohou v mírně stoupající stopě. Tím se rytmicko-časové vztahy stávají i při intenzivním běhu obdobnými jako při běhu atletickém, a koordinace pohybů paže—noha se daří.

Nácvik techniky běhu na lyžích z hlediska jejího přizpůsobování variabilním podmínkám vnějšího prostředí je nutno vidět tak, že při běhu na lyžích se vytváří složitý dynamický stereotyp, regulovaný signály proprioceptivními, taktickými, zrakovými a vestibulárními. Při běhu

se vytváří vysoká senzorická specifická citlivost jako funkce komplexního analyzátoru. Na základě anticipovaných signálů změněných podmínek dochází včas k jemné diferenciaci pohybových úkonů — k utlumení pohybů, jež nebyly se signalizovanou změnou spojeny, a naopak, k posílení té kvantitativní pohybu, jež byly během nácviku se signalizovanou změnou spojeny a jež jsou pro změněnou situaci neúčelnější. Senzomotorická koordinace umožňuje sladění vjemů a pohybů vzhledem k danému charakteru tratě, terénu, sněhu atd.

Vzhledem k mikroreliéfu tratě, tj. k jejím nerovnostem atd., skluz lyží nebývá stejný, stejně dlouhý a stejně rychlý. Tím se musí měnit i způsob běhu, který se modifikuje podle mikroreliéfu tratě.

Modifikace spočívá:

1. ve vnitřní modifikaci, tj. ve změnách ve vnitřní pohybové struktuře běhu, kterými běžec kompenzuje změny vnějšího prostředí, aniž mění způsob běhu,

2. ve střídání, tj. v kombinování různých běžeckých způsobů.

Závěrem bychom chtěli zdůraznit, že současné pojetí techniky běhu na lyžích spočívá především v její dynamičnosti. Projevuje se v úsilí závodníka docílit vhodným pohybem a rychlou správnou reakcí na terénní nerovnosti a změněné sněhové podmínky jak hospodárného, tak hlavně rychlejšího pohybu vpřed. Aby výsledný pohyb byl účelnější a rychlejší, musí být zintenzivněna a časově prodloužena pracovní perioda. Na místo pasivity některých pohybových fází musí nastoupit pohybová aktivita. Není tudíž ideální dlouhý skluz, v němž by se běžec staticky vezl, ale dlouhý, přitom však rychlý skluz. Ve skluzu musí být patrný účinek všech složek přispívajících k zrychlení celého pohybu.

Cílem nácviku a zdokonalování techniky běhu na lyžích je účelný a ekonomický pohyb v terénu i na závodní trati pomocí zvládnuté techniky v celém jejím rozsahu.

START PŘI SKOKU NA LYŽÍCH

O výsledku skoku na lyžích rozhoduje několik činitelů. Vedle účelné techniky odrazu (tzn. přesnosti a směru), rychlosti, vynaložené síly, techniky jednotlivých fází letu se vším, co pod pojmem technika letu rozumíme, se na výsledku skoku poasil nemalou měrou i faktor, který skokan zdánlivě nemůže ovlivnit — nájezdová rychlost.

Pomíjme mechanické zákonitosti pohybu na nakloněné rovině. Základní podmínky pro získání nájezdové rychlosti jsou dány a možnost jejich ovlivnění je omezená (kvalitou lyží, mazáním, nájezdovým postojem). Ale přesto může skokan sám nájezdovou rychlost podstatnou měrou ovlivnit. Sami můžete potvrdit, že ne každý skokan začíná nájezd stejně. Jeden vyjíždí ze startovní plošiny velmi pomalu, jiný zase z této plošiny doslova vystřelí.

Loňské přenosy z Intersportturne sledoval v televizi i dr. František Vaverka, člen výzkumného kolektivu dr. Novosada z UP v Olomouci, který testuje členy reprezentativních družstev skokanů a sdruženářů. Mimo jiné se zabývá výzkumem jednotlivých fází skoku na lyžích. Dr. Vaverka se pokusil zjistit závislosti mezi způsobem startu jednotlivých závodníků a jejich dosaženým výkonem. Z televizního sledování nelze vyvozovat velké závěry, protože pochopitelně chyběly údaje o nájezdové rychlosti závodníků. Přesto jsou poznatky z tohoto pokusu velmi zajímavé a potvrdily předpoklad, že způsob startu se zvýšenou nájezdovou rychlostí bude mít podstatný vliv na dosažený výkon. Pro zajímavost, nejlépe startovali závodníci NDR (slavili zde také téměř absolutní triumf), z našich skokanů měl nejlepší start zasloužilý mistr sportu Jiří Raška. Pro ostatní naše závodníky nevyznělo srovnání zrovna nejlépe.

Pochopit význam razantního startu není tak těžké. Výsledná nájezdová rychlost je dána, jak jsem už uvedl, zákonitostí pohybu na nakloněné rovině, tedy jejím sklonem, vahou skokana a třením. Skokan ovšem může složku tření ovlivňovat zmenšením koeficientu tření (vhodným mazáním) a odporu prostředí (nájezdovým postojem). Vycházíme z toho, že tato rychlost se získává pasívně. Lineárně lze však k této rychlosti připočítat rychlost, kterou skokan získává aktivním přičiněním. Toho lze docílit dosažením určité počáteční rychlosti pomocí razantního startu. Proto je nutné už v počátcích tréninku věnovat nácviku správného startu patřičnou pozornost. Tento nácvik usnadní skutečnost, že způsobů nácviku je mnoho a většinou je lze uskutečnit v nenáročném prostředí, na rovině a soutěživou formou.

V zásadě rozeznáváme tyto čtyři způsoby startu:

1. Start odrazem pažemi — oběma
Start odrazem pažemi — jednou paží
2. Start odrazem jednou nohou
3. Start odrazem nohou i pažemi současně
4. Start pomocí několika rychlých kroků nebo rozbruslením.

Ad 1 — start odrazem pažemi. Tento způsob používáme na nájezdech, kde jsou startovní plošiny upraveny tak, že neumožňují zapření některé lyže, ale naproti tomu máme možnost pevné opory paží. Chytit se můžeme zábradlí nebo nějakého výstupku na šikmé části nájezdu (při startu z oken). Máme-li možnost uchopení a odrazu oběma pažemi, postupujeme následovně: držíme se zábradlí,

jednu lyži vysuneme dozadu. Míra tohoto vysunutí je individuální. Přehnané zanožení způsobí, že těžiště máme hodně vzadu a mnoho sil spotřebujeme na jeho přenesení zpátky dopředu. Účelem zanožení má být možnost využití švihové práce této nohy.

Start pak vypadá tak, že začínáme přitahováním pažemi, ve druhé fázi se přidá práce švihové nohy. Důležité je, aby zároveň se švihnutím zanožené nohy šlo těžiště dopředu, abychom na nájezdu neztratili předozadní rovnováhu.

Máme-li možnost opory jen jednou paží, je důležité, aby zanožovala vždy souhlasná noha. Při opoře pravou paží pravá noha a naopak. Toto je důležité proto, že v opačném případě a při razantním odrazu rukou i nohou by došlo k nežádoucímu natočení těla kolem vertikální osy.

Popsaný odraz je náročný na sílu paží, hlavně tříhlavého svalu. Tímto se musí řídit i výběr cvičení v tréninku.

Ad 2 — start odrazem jednou nohou. Při tomto způsobu musíme mít možnost pevné opory některé lyže o pevnou zábranu. V praxi jde o různé trámký, které na dřevěných místech vždy najdeme, případně si můžeme do startovní plošiny nějaký šikovní trámeček zabudovat i sami. Někdy to bývá jen zapíchnutá lopata. To vše je pravidly povoleno. Nesmí se naopak používat jako opory nohy kamaráda. To se považuje za cizí pomoc a může to být důvodem k diskvalifikaci. Důležitá je správná vzdálenost zarážky od hrany startovní plošiny. Tuto vzdálenost se snažíme upravit pokud možno tak, aby přibližně v polovině vzdálenosti mezi vázáním a špičkou zapřené lyže byla hrana plošiny. Volnou nohou opět zanožíme, můžeme se několikrát „rozkývnout“ a mohutným předkopnutím švihové nohy, na něž navazuje co nejsilnější odraz nohy zapřené, opustíme startovní plošinu.

Devatenáctiletý Ivo Felix (Dukla Liberec) patří k našim skokanským nadějím



Máme-li navíc možnost pomáhat si rukou, je třeba jen pořádně sladit oba odrazy. Rychlost získaná odrazem nohou je totiž poměrně velká, a proto musí být práce paží dostatečně rychlá a provedena ve správném okamžiku.

Odrázová síla se u skokanů předpokládá, proto přednětem nácviku bude hlavně sladění pohybu obou nohou, přenašení těžiště a spolupráce paží včetně co nejrychlejšího zaujetí nájezdového postavení. Důležité ale je nacvičovat start oběma nohama. Většinou si totiž nemůžeme vybrat, kterou nohou se odrazíme, a většinou má každý jen je nu tzv. odrázovou nohu. Nemělo by se stát, že při odraze třeba pravou nohou je start dobrý, levou nohou ale už pomalý. A tyto podmínky se vyskytují často při startech z různých oken umístěných po stranách nájezdu. Pak je tato změna pro závodníka zbytečným handicapem oproti závodníkovi, který ovládá odraz oběma nohama. Velkou roli zde hraje psychické zvládnutí podmínek nájezdu.

Ad 4 — start pomocí několika rychlých kroků nebo rozbruslením. Na první pohled se zdá, že tento způsob ustupuje do pozadí a rozbruslení nelze prakticky použít. Jsou však i můstky, které mají dlouhé přírodní nájezdy, u nichž se start provádí z postavení na vertikále odskokem do stopy. Zde je pak zcela na místě, pokusí-li se skokan zvýšit svou počáteční rychlost několika rychlými kroky. Je-li nájezd dosti široký, lze použít i jednoho až dvou bruslařských kroků. Typickými příklady podobných nájezdů jsou můstky v Liberci, ze známých zahraničních můstků třeba můstek v Bischofshofenu, tradičním dějišti posledního závodu Intersportturné. Používáme-li ke zrychlení rychlých kroků, pak musíme k tomuto startu přistupovat podle toho, do jaké rychlosti mohou být kroky ještě účinné a oí kdy jsou už brzdou. Je otázkou míry, jak tohoto zrychlení používat, a tomu musí odpovídat i zaměření v tréninku.

U všech těchto způsobů startu působí ještě jeden faktor, který nelze v nácviku přehlížet. Většina nájezdů je konstruována tak, že se najíždí do stopy ze strany. Ve fázi razantního startu musí tedy skokan ještě změnit směr a naskočením se dostat do správného směru. Přitom si nemůže místo náskoku vybírat, protože většinou bývají vyjeté koleje dost hluboké. V extrémních situacích se navíc ještě stává, že stopa je v zatáčce obráceně klopená. To tehdy, když se dlouho vyjíždí z jedné strany, neustálým naskakováním do stopy se tato na vnější straně trochu vyhrne. A právě při následném snížení nájezdu nastává tato extrémní situace.

PŘÍKLADY NÁCVIKU JEDNOTLIVÝCH STARTŮ V PRŮBĚHU TRÉNINKU

Ke zvýšení síly tříhlavého svalu pažního mají nejvíce cviků běžci, protože síla tohoto svalu pozmínuje odraz

pažemi při běhu na lyžích. Velmi účinné je cvičení na tzv. jernbergově lavici. Nebudu toto cvičení zvlášť popisovat, bylo popsáno v našem odborném měsíčníku Lyžařství z října roku 1974. Zde nám na uvedeném trenážeru předvádí cvičení na titulní stránce náš nejlepší běžec Stanislav Henych. Podobně lze posilovat taháním gumových nebo pružinových expanderů. Při tomto cvičení se snažíme stát co nejdál a důraz klade na pohyb v první fázi před tělem. Zdůrazněním tažení pohybu co nejdále za tělo účelně zvyšujeme i jeho rozsah.

Velmi vhodným cvičením jsou i kliky na tzv. stálkách. Jsou to velice nízká bradla, jaká používají gymnasté. Kliky provádíme samozřejmě za tělem. Další cvik: ve stoji zády ke zdi — vzdálenost 60—100 cm od zdi podle vzrůstu a požadované intenzity cvičení — se odrazíme pažemi, padáme zpátky na zeď a opět se zachytáváme silou paží.

Je-li sníh, ale počasí neumožňuje trénink skoku, nastává nevhodnější čas k tomu, abychom se pod můstkem věnovali nácviku správného startu v imitovaných podmínkách. Najdeme si nějakou zarážku (v nouzi vhodná i zabodnutá lopata) a kratší zasněženou rovinku. Jednu lyži si zapřeme za zarážku, mohutným odrazem se snažíme dojet co nejdále ve vyjeté stopě. Stejně podmínky si lze vytvořit i pro nácvik startu odrazem paží, případně odrazu pomocí nohou i paží. Velmi potřebné je však občas i tento nácvik zpestřit tím, že po odraze změním směr v rozsahu asi 15—30 stupňů. Opět cvičíme odskoky na obě strany. Při nácviku startu rychlými kroky je nutné, abychom dokázali plynule změnit směr i v době, kdy jsou ještě kroky účelné. Tady je zapotřebí klást důraz na to, že změna startu doleva se děje přešlápnutím pravé nohy do vnější stopy a naopak.

Abychom si vytvořili podmínky co nejvíce podobné těm, jaké jsou na nájezdu, snažíme se veškeré cviky provádět i na svahu s dojezdem na rovinu nebo do protisvahu. Při čtvrtém způsobu startu jsme si řekli, že se startuje odskokem do stopy z postavení na vrstevnici. Tento odskok čelá většina skokanů při zkoušení kvality mazání v přechodném oblouku doskočiště, proto předpokládáme, že jej ovládají. Další možnost soutěžení nám skýtá bruslení. Vedle závodů o nejrychlejší jetí určeného úseku (rozvíjíme tím schopnost přenašení váhy a ostatní základní schopnosti) je důležité cvičit tak, že po dvou odrazech z hrany lyží zaujmeme nájezdový postoj a snažíme se dojet co nejdál.

Důležitost dynamického startu byla podceňována, jeho nácviku nebyla mimo vlastní skákání věnována zvláštní péče. Poslední sezóna ukázala, že i do vývoje skoku na lyžích proniká snaha po zvýšení rychlosti (lyže, vosky, kombinézy). Nemůžeme si dovolit pominout rezervu, ale spoň co do vlivu na rychlost, jakou představuje razantní start při skoku na lyžích.

PAVEL MIKESKA

NOVÝ ŘÁD ÚRAZOVÉ ZÁBRANY ČSTV

Do rukou široké sportovní veřejnosti se dostává nový Řád úrazové zábrany ČSTV. Předsednictvo ÚV ČSTV jej schválilo v minulém roce a nám ukládá seznámit s ním všechny účastníky tělovýchovného hnutí, především všechny organizační pracovníky, trenéry a cvičitele, zařadit jej do programu všech školení a instruktáží.

Sportovní úrazy mnohdy ničí mnohaleté úsilí sportovců a jejich trenérů. Místo radosti z pohybu přináší utrpení. I když úrazová zábrana má mnohaletou tradici, nevedlo dosud úsilí dobrovolných zdravotnických pracovníků ke kýženým výsledkům. Pro malý počet zainteresovaných se omezovalo pouze na omezování úrazových následků. Nový úrazový řád přenáší odpovědnost v boji proti úrazům na širokou sportovní veřejnost, na celý funkcionářský aktiv. Úrazová zábrana tak získává reálnou základnu. Naše pozornost se zaměřuje nyní především na předcházení úrazům. V tom se každému účastníku tělovýchovných akcí vymezuje jeho odpovědnost a po-

vinnosti, a zároveň se pro to vytvářejí předpoklady.

Řád úrazové zábrany obsahuje základní pravidla předcházení úrazům, stanoví odpovědnost za tuto protiuřazovou činnost, vymezuje organizační povinnosti TJ a jejich funkcionářského aktivu a shrnuje zásady poskytování první pomoci.

V příloze č. 1 k řádu jsou vypočteny a rozebrány nejčastější příčiny tělovýchovných úrazů. V lyžování bude nutné upřít pozornost na ovlivnění činitele zevního prostředí, technického vybavení a organizačního zajištění sportovních podniků, závodů i tréninků.

V příloze č. 2 je podán výklad všeobecného pojištění účastníků organizované tělesné výchovy. Stanoví se, za jakých podmínek mají postižení nárok na odškodnění za dobu nezbytného léčení, eventuálně za trvalé následky úrazu. Jsou tu uvedeny všechny druhy pojištěné činnosti. V této kapitole je též popsán způsob evidence a

hlášení úrazů, které jsou jednou z nutných pojistných podmínek a jejichž nesplnění by zbavilo pojišťovnu povinnosti pojistného plnění.

V příloze č. 3 se blíže specifikuje první pomoc s výčtem možností zásahu každého laika. Tyto základní zásahy zachraňující život jsou dnes povinností každého našeho občana. Zároveň je povinností všech tělovýchovných pracovníků co nejvíce omezit možné následky náhlých poruch zdraví a záchrana postižených osob.

Nejdůležitější součástí úrazové zábrany je propagandistická a osvětová činnost. Využijte proto všech příležitostí k seznámení s Řádem úrazové zábrany ČSTV a seznamte s ním hlavně vaše svéřence. Iniciativní činností v předcházení úrazům vytvoříme předpoklady k bezpečnějšímu provádění sportovní činnosti i v lyžování.

Řád úrazové zábrany ČSTV byl začátkem letošního roku rozeslán všem OV ČSTV i tělovýchovným jednotám.

Dr. KAREL NOVÁK

Úspěšné „Ski-Interkritérium“ v Říčkách a ve Vrátné

Vhodným spojením dvou našich mezinárodních závodů žactva ve sjezdových disciplínách Skikritéria v Říčkách a Interskikritéria ve Vrátné vzniklo v loňském roce mezinárodní turné mládeže v ČSSR nazvané „Ski-Interkritérium“. Pod hlavičkou Mezinárodní lyžařské federace (FIS) se stává tradičním setkáním mládeže zemí socialistického tábora i lyžařských nadějí ostatních evropských států. Zaslouhou obou pořadatelů, Jiskry Ústí nad Orlicí a Slovanu Malá Fatra Žilina, nalezla zdařilá sportovní i technická úroveň těchto závodů ohlas a uznání nejen naší široké sportovní veřejnosti, ale i vrcholných orgánů naší tělovýchovy a FIS, která zařazuje tento závod do oficiálního světového kalendáře mezinárodních závodů organizovaných pod patronátem Mezinárodní lyžařské federace. Při omezujících směrnicích bylo letos FIS zařazeno do mezinárodního kalendáře pět závodů mládeže a dětí ve sjezdových disciplínách.

V důsledku velmi špatných sněhových podmínek zvláště v Říčkách měli jsme letos o uskutečnění celého turné velké obavy. Ale opět se projevila ta velká síla obětavosti a nadšení celého organizačního štábu z Ústí nad Orlicí. Stovky brigádnických hodin obětavých dobrovolných pracovníků a vydatná pomoc příslušníků Sovětské armády dokázaly zdánlivě nemožné. Sníh musel být sice navážen a nanášen téměř na celý slalomový svah a pak preparován vodou, ale zato byly všechny tratě ve vynikajícím stavu. O „Vrátnou“ jsme takové obavy neměli, byli bychom však rádi přivítali zprávu pořadatele, že závody se přece jen pojedou na původně určených tratích na Gruni.

Turné bylo zahájeno 28. ledna v Říčkách závodem žáků a žákyň ve slalomu. Účast zahraničních lyžařů byla vynikající. Přijely výpravy Bulharska, Jugoslávie, Maďarska, NDR, Polska, Rakouska, Sovětského svazu a letos poprvé i Itálie.

V kategorii mladších žákyň (ročníky 1963 a 1964) zvítězila přesvědčivě mladá čs. reprezentantka Katka Grandtnerová, která v obou kolech docílila nejlepší čas. V závodě starších žákyň (ročníky 1961 a 1962) vy-

bojovala vítězství výbornou jízdou v obou kolech naše Lenka Vlčková, když Brigita Brudná s nejlepším časem prvního kola 34,28 vt. ve druhém kole upadla a výborná Rakušanka Claudia Zoitlová byla po kolizi diskvalifikována. Z mladších žáků syn bývalého úspěšného čs. reprezentanta Antona Šoltýse Petr Šoltýs prokázal, že je ve sjezdařském sportu naší velkou nadějí a suverénně zajel v obou kolech nejlepší čas. Jeho největší soupeř z prvního kola sovětský závodník Andrej Poljakov byl ve druhém kole diskvalifikován. Největší boj o prvenství se odehrál v kategorii starších žáků. V ní čtyři rakouští a šest italských závodníků nastoupilo proti dalším 21 zahraničním lyžařům a proti mladým čs. lyžařům s odhodláním zvítězit. Překvapením pro všechny byl výkon sovětského reprezentanta Andreje Bulbočky, který se po prvním kole odvážnou jízdou v čase 34,87 vt. dostal do čela soutěže. I ve druhém kole riskoval, ale po těžkém pádu musel závod vzdát a uvolnil vedení Miroslavu Schimmerovi (ČSSR), který svou šanci nepustil a nejlepším časem druhého kola si zajistil cenné vítězství před mladým Rakušanem Hansem Thonhoferem.



Dobrý trénink mládeže na sněhovém můstku

Výsledky závodu ve slalomu v jednotlivých kategoriích:

Mladší žákyňe: 1. Grandtnerová 76,59 vt. (37,30+39,29), 2. Zina Brudná 77,11 (37,62+39,49), 3. Bergrová (všechny ČSSR) 77,91 (37,62+40,23).

Starší žákyňe: 1. Vlčková 70,80 vt. (34,46+36,34), 2. Slepíčková (obě ČSSR) 72,48 (35,31+37,17), 3. Hoferová (Rakousko) 73,90 (35,56+38,34).

Mladší žáci: 1. Šoltýs 75,95 vt. (36,16+39,79), 2. Benda (oba ČSSR) 81,05 (39,09+41,96), 3. Popov (Bulharsko) 81,10 (38,90+42,20).

Starší žáci: 1. Schimmer (ČSSR) 73,93 vt. (35,12+38,81), 2. Thonhofer (Rakousko) 74,43 (35,16+39,27), 3. Pitelka (ČSSR) 75,78 (36,74+39,04).

Ve středu 29. ledna pokračoval závod obřím slalomem pro všechny kategorie na stejné trati asi 900 m s výškovým rozdílem 230 m. Velmi rychlou trať vytyčil v 31 brankách čs. trenér Zdeněk Král. Byla kvalitní a i při 118 startujících nedoznala v průběhu závodu prakticky žádných změn.

V závodě mladších žákyň zvítězila s převahou čs. reprezentantka Zuzana Hovorková se startovním číslem 1. Dosáhla vynikajícího času 57,99 vt., který by ji zařadil v kategorii starších žákyň na čtvrté místo. V této zajela výborně Rakušanka Elisabeth Hoferová a časem 56,02 vt. získala prvenství před Jugoslávkou Kokličovou a čs. sjezdařkou Blankou Jonášovou, jen s



Nadějná naše mládež v plné jízdě

půlveřinovou ztrátou za vítězkou. V závoji mladších žáků byl příjemným překvapením výkon desetiletého Ludka Mrklase, který zvítězil časem 56,61 vt. před favorizovaným Petrem Šoltýsem. V kategorii starších žáků všichni čtyři Rakušané jeli obří slalom naplno. První z nich - Thonhofer - měl v polovině trati kolizi a po „vymarkování“ vzdal. Zbývající tři podali vynikající výkon; technickou jízdou se vyznamenal Herbert Lerchbaumer a obsadil první místo o více než půldruhé vteřiny před svým krajanem Platzerem. Nadějný Itál Dallapalma se vklínil na třetí místo mezi Rakušany. Čs. žákům se tentokrát příliš nedařilo. Zdálo se, že se našim trenérům nepovedlo vhodné mazání. Nejlepší z nich, Albín Mesiarik, skončil šestý. Startoval jako jeden z posledních a měl čas ještě přemazat lyže.

Žebříček sdruženářů

Mistr ČSSR František Zeman z mužů, junior Siegfried Holub (oba Dukla Liberec), starší dorostenec Luděk Šablatura (Jiskra Harrachov) a mladší Miroslav Kumpošt (Slavia VŠST Liberec) jsou v čele žebříčku sdruženářů pro letošní rok. Muži a junioři měli po čtyřech, mladší i starší dorostenci po třech závodech, jejichž výsledky se započítávaly pro oficiální pořadí.

MUŽI: 1. František Zeman 1380 b., 2. Stanislav Buchta 1333,89, 3. Josef Pospíšil (všichni Dukla Liberec) 1321,58, 4. Miroslav Kremel (Rudá hvězda Štrbské Pleso) 1284,52, 5. Jiří Novotný 1251,09, 6. Jaroslav Balatka (oba Dukla Liberec) 1215,46, 7. Čestmír Kozíšek (Naveta Jablonec) 1189,18, 8. Kamil Gregorček (RH Štrbské Pleso) 1104,52 b.

JUNIOŘI: 1. Siegfried Holub 1365,07 b., 2. Milan Doležal (oba Dukla Liberec) 1361,54, 3. Vlado Slivka (Dukla Banská Bystrica) 1288,64, 4. Vladimír Piperek 1216,40, 5. Ludovít Kártík (oba RH Vysoké Tatry) 1204,36 b.

STARŠÍ DOROSTENCI: 1. Luděk Šablatura (Jiskra Harrachov) 920,00 b., 2. Vladimír Veřtal (Technolen Lomnice n. Pop.) 900,22, 3. Dušan Vala 867,16, 4. Vladimír Fojtásek (oba TJ Rožnov pod Radhoštěm) 861,82, 5. Karel Mňuk (Seba Tanvald) 860,26, 6. Štefan Kedzuch (TJ Vysoké Tatry) 866,30 b.

MLADŠÍ DOROSTENCI: 1. Miroslav Kumpošt (Slavia VŠST Liberec) 920,00 b., 2. Zdeněk Sekyra (TJ Rožnov pod Radhoštěm) 917,27, 3. Milan Janoušek (Jiskra Harrachov) 905,12, 4. Miroslav Balatka (Tofa Albrechtice) 902,55, 5. Jaroslav Bukvic (Naveta Jablonec) 872,28, 6. Josef Filip (Slavia VŠST Liberec) 870,20 b.

Výsledky obřího slalomu:

Mladší žákyně: 1. Hovorková, 57,99 vt., 2. Bergrová, 59,40, 3. Zina Brudná (všechny ČSSR), 60,81.

Starší žákyně: 1. Hoferová (Rakousko), 56,02 vt., 2. Kokličová (Jugoslávie), 56,19, 3. Jonášová (ČSSR), 56,56.

Mladší žáci: 1. Mrklas, 56,61 vt., 2. Šoltýs, 57,64, 3. Hermánek (všichni ČSSR), 57,92.

Starší žáci: 1. Lerchbaumer, 52,37 vt., 2. Platzer (oba Rakousko), 54,06, 3. Dallapalma (Itálie), 54,15.

Výsledky dvojboje v Říčkách (slalom a obří slalom):

Mladší žákyně: 1. Hovorková, 2. Bergrová, 3. Grandtnerová — celkem 15 klasifikovaných.

Starší žákyně: 1. Vlčková, 2. Hoferová, 3. Slepíčková — 25 klasifikovaných.

Mladší žáci: 1. Šoltýs, 2. Mrklas, 3. Benda — 15 klasifikovaných.

Starší žáci: 1. Dallapalma (Itálie), 2. Royer (Rakousko), 3. Schimmer — 32 klasifikovaných.

Absolutními vítězi soutěže v Říčkách se stali Luca Dallapalma (Itálie) a Lenka Vlčková (ČSSR), kteří získali i hlavní ceny.

Po skončení závodů v Říčkách ve čtvrtek 20. ledna ráno byly všechny výpravy převezeny autokary do Vrátné, kde je čekaly boje druhé části Ski-Interkritéria. Chyběli však účastníci z Itálie a NDR, kteří se museli vrátit do vlasti. Také organizační výbor Slovanu Malá Fatra Žilina vyvinul všechno úsilí, aby připravil důstojný průběh závodu a jeho společenskou úroveň. Při nepříznivých podmínkách v nižších polohách musely být i letos přesunuty závody na náhradní tratě Chlebského masívu. Značně to ztížilo přípravu i průběh celé soutěže. Slalomy byly poznamenány silnou mlhou, přesto však byly všechny závody regulérní, což znamenalo maximální vypětí a úsilí techniků při přípravě a údržbě tratí.

Soutěž zahajoval obří slalom v pátek 31. ledna, který se jel ve všech kategoriích na stejné trati jako v Říčkách. Jejím autorem byl Ing. Štefan Zemko. Byla dlouhá 1040 metrů s výškovým rozdílem 270 metrů a 44 brankami.

Výsledky obřího slalomu:

Mladší žákyně: 1. Bergerová, 1:07,24 min., 2. Zina Brudná, 1:08,57, 3. Kudelinová (SSSR), 1:11,14.

Starší žákyně: 1. Brigita Brudná (ČSSR), 1:04,75 min., 2. Hoferová, 1:05,08, 3. Vlčková, 1:05,24.

Mladší žáci: 1. Hermánek, 1:05,05 min., 2. Šoltýs, 1:05,56, 3. Mikolajek (Polsko), 1:08,71.

Starší žáci: 1. Ledvák (ČSSR), 1:02,41 min., 2. Thonhofer 1:03,22, 3. Trnovský (ČSSR) 1:03,52.

V sobotu 1. února byl na pořadu slalom na trati 380 m s výškovým

rozdílem 140 m. První kolo se 42 brankami vytyčil rakouský trenér Fred Hinterecker, druhé se stejným počtem branek náš trenér Zd. Král.

Mladší žákyně: 1. Černocká 89,26 vt. (44,27+44,99), 2. Petrovská (obě ČSSR), 90,81 (45,45+45,36), 3. Kudelinová (SSSR) 91,15 (44,95+46,20).

Starší žákyně: 1. Brigita Brudná 84,79 (43,02+41,77), 2. Charvátová (ČSSR) 85,12 (43,73+41,39), 3. Hoferová 85,93 (42,04+43,89).

V neděli 2. února bylo turné Ski-Interkritéria zakončeno slalomem žáků opět na trati asi 380 m s výškovým rozdílem 140 m. Jugoslávský trenér Rajko Knifič postavil v prvním kole 51 branek, čs. trenér Ivan Bražina ve druhém kole 43 branek. Favorizovaný Petr Šoltýs v kategorii mladších žáků byl ve druhém kole diskvalifikován a musel přenechat vítězství Davidu Bendovi. V závodě starších žáků Rakušan Herbert Lerchbaumer po úspěchu v „obřáku“ v Říčkách tentokrát zvítězil ve slalomu, který v první části turné neúspěšně dokončil. Druhé místo obsadil sovětský nadějný reprezentant Andrej Bulbočka před Miroslavem Schimmerem z Chomutova.

Mladší žáci: 1. Benda 88,94 vt. (46,62+42,32), 2. Mrklas 89,11 (47,89+41,22), 3. Štefanovič (Jugoslávie), 89,26 (46,80+42,46).

Starší žáci: 1. Lerchbaumer 81,85 vt. (42,84+39,01), 2. Bulbočka 82,54 (42,77+39,77), 3. Schimmer 84,00 (42,88+41,12).

Při neoficiálním vyhodnocení celého letošního turné Ski-Interkritéria z mladších žáků byla nejúspěšnější Martina Bergrová, která jednou zvítězila, jednou byla druhá, jednou obsadila třetí a páté místo. Ze starších žáků je to Brigita Brudná s dvěma vítězstvími, z mladších žáků Petr Šoltýs zaznamenal jedno vítězství a dvakrát byl druhý, ze starších žáků Rakušan Herbert Lerchbaumer s dvěma prvními místy. Technický delegát FIS Ing. Vladimír Kollar (Jugoslávie) vysoce ocenil dobré uspořádání těchto závodů pro mládež, o němž se pochvalně vyslovili i zahraniční účastníci.

Účast zahraničních výprav na Ski-Interkritériu se stále zvětšuje, závod získává oblibu nejen lyžařů zemí socialistického tábora, ale i alpských zemí. Výběru mladých závodníků a závodnic všech účastníků jednotlivých států je věnována stále větší pozornost, neboť se jedná o budoucí reprezentanty. Těší nás, že na čelných místech ve výsledcích se stále častěji objevují i mladí lyžaři ostatních zemí socialistického tábora, především Sovětského svazu. Ve všech směrech tedy nabývá naše Ski-Interkritérium mládeže ve sjezdových disciplínách jako závod FIS evropskou úroveň. Plní tak velké poslání vzájemného setkání a poznávání dětí a mládeže lyžařského světa, a to především zemí socialistického tábora, jakož i propagaci naší krásné socialistické vlasti.

ANTONÍN HUSÁK
člen mezinár. komise VSL ÚV ČSTV

Spartakiádna vložka

Tak ako vždy v minulosti, aj tento-raz sa lyžiari pustili bez dlhých rečí do roboty. Československá spartakiáda 1975 sa stala príležitosťou na uplatnenie ich iniciatívy, nadšenia a zmyslu pre plnenie úloh našej telovýchovnej organizácie. Celkom bez väčšej publicity prebiehala v celej ČSSR súťaž „O spartakiádnu vložku 1975“. Hádám aj kus priveľkej skromnosti tu zohralo svoju rolu. Celá súťaž si však zaslúžila väčšiu pozornosť. Veď patrila k spartakiádnemu podujatiu, ktoré obsiahlo široký okruh mladých ľudí. Išlo o hlboko organizované podujatie v rámci Československej spartakiády 1975.



Ze závodů spartakiádní vložky 1975

Na Slovensku venovala komisia základného lyžovania VLZ SÚV ČSZTV pozornosť súťaži pre deti mladšieho školského veku do 9 rokov hlavne v základných kolách. Vďaka pochopeniu v základných organizačných zložkách boli pripravené na dobrej úrovni. Pretekalo sa v jednoduchom, krátkom slalome, aby sa mohol zúčastniť naozaj každý, kto ovláda aspoň základnú abecedu lyžovania.

V prvých kolách na školách, v športových oddieloch TJ, pionierskych skupinách DPaM, išlo hlavne o masovú účasť. Napriek nedostatku snehu sa na týchto základných kolách zúčastnilo v 25 okresoch vyše 6000 detí. V niektorých okresoch, napr. Rožňava, Považská Bystrica, Trenčín, Svidník, Spišská Nová Ves, pre nedostatok snehu zorganizovali základné kolá vo vyšších polohách, aj za cenu zvýšeného úsilia a finančných nákladov. Dobrovoľní pracovníci, za pomoci riaditeľov škôl a okresných výborov ČSZTV dokázali, že súťaž „O spartakiádnu vložku 1975“ nebola pre nich formálnou záležitosťou, ale venovali jej mimoriadnu pozornosť, aj keď išlo „len o deti“.

Boli to stovky pretekov. Ten, kto vie, koľko práce je s dobrou prípravou akéhokoľvek lyžiarskeho preteku, najlepšie ocení prácu tých, čo sa na príprave „Spartakiádnej vložky 1975“ podieľali. Podľa predbežného hodno-

bola dobrou investíciou

tenia súťaže na predsedníctve VLZ SÚV ČSZTV mala táto výborný priebeh. Potvrdili to aj druhé kolá súťaže — okresné, do ktorých postúpili najlepší zo základných kol. Na nich štartovalo v 25 okresoch do 2000 detí, z ktorých do krajských kol sa dostalo 360 mladých lyžiarov.

Na rozdiel od ČSR uskutočnilo sa na Slovensku republikové finále, ktoré bolo začiatkom marca na Mlynkách vo Východoslovenskom kraji. Hlavnou myšlienkou, ktorá viedla k rozhodnutiu organizovať celoslovenské finále „O spartakiádnu vložku 1975“ ako 1. majstrovstvá SSR pre deti do 9 rokov v zjazdovom lyžovaní, bolo zabezpečenie vhodného vyvrcholenia jedinej celoslovenskej súťaže v lyžovaní v rámci Československej spartakiády 1975. Išlo o to, aby súťaž mala dôstojné vyvrcholenie.

Tento zámer sa vydaril. Celoslovenské finále súťaže starostlivo pripravili pracovníci okresu Rožňava. Nemalo len športový charakter. Splnilo predovšetkým výchovné poslanie. Celá súťaž a najmä celoslovenské finále

zanechalo v deňoch hlboké emociálne zážitky, tak dôležité pre vytvorenie úprimného a trvalého vzťahu k telesnej výchove. Organizátori súťaže na všetkých stupňoch správne vystihli trend vývoja lyžovania. Veríme, že už krátka budúcnosť ukáže, že ich zábery boli správne a investície do najmladšej generácie našich lyžiarov vysoko efektívne.

Celoslovenské finále sa konalo pod záštitou ministra zahraničného obchodu ČSSR Ing. Andreja Barčáka. Zúčastnil sa na ňom tiež predseda SÚV ČSZTV prof. dr. Vladimír Černušák, CSc., ktorý vysoko vyzdvihol a kladne hodnotil priebeh celej súťaže. Naznačil tiež, že treba uvažovať nad tým, ako takú hodnotnú a priazlivú súťaž zabezpečiť aj po spartakiáde v budúcich rokoch. Súťaž sa stala centrom mimoriadnej pozornosti tiež straníckych a štátnych orgánov a vďaka za pomoc patrí pracovníkom okresných výborov ČSZTV.

Ide teraz naozaj o to, ako zúročiť ohromný záujem mládeže a iniciatívu funkcionárov. Opýtali sme sa na to jedného z povolaných, predsedu Výboru lyžiarskeho zväzu SÚV ČSZTV dr. Martina Schellinga: „Domnievam sa, že sa nám podarilo splniť hlavný cieľ, ktorý sme súťažou sledovali — zainteresovať čo najviac detí do organizovaného lyžiarskeho výcviku a súťaživou formou ich pripútať trvalo k všestrannej športovej činnosti i systematickej tréningovej príprave počas celého roka. Tým sme chceli prispieť k plneniu záverov XIV. zjazdu KSČ a IV. zjazdu ČSZTV v oblasti masového rozvoja telesnej výchovy. Načreli sme hlboko do masovej základne a objavili rezervy, z ktorých sa pri dobrej vôli dá veľa čerpať. My sa teraz v predsedníctve VLZ SÚV ČSZTV budeme zaoberať otázkou, ako využiť dobré skúsenosti aj po spartakiáde v budúcich rokoch.“

KAROL EIDLPEŠ

MISTROVSTVÍ ČSSR DRUŽSTEV V ZÁVODĚ SDRUŽENÉM

Mistrem ČSSR družstev v závode sruženém pro rok 1975 se stala Dukla Liberec ve složení František Zeman, Milan Doležal, Josef Pospíšil a Siegfried Holub s 2751,71 b. Do mistrovství se hodnotily celostátní kvalifikační závody mužů a juniorů 25. a 26. ledna v Tanvaldě a 18. a 19. března na Štrbském Plese, dorostu 25. a 26. ledna v Tanvaldě a 27. února—2. března v Harrachově. Pro mistrovský kolektiv získal Zeman 460+456,45 b., Doležal dvakrát 460 b., Pospíšil v Tanvaldě 458,49 a Holub na Štrbském Plese 456,77 b.

Druhá je Jiskra Harrachov 2631,60 b. (Šablatura dvakrát 460 b., Vaculík 406,12, Medaľ 420,04, Janoušek 459,61 a Janoud 425,23 b.). Třetí je TJ Rožnov pod Radhoštěm 2558,80 b. (Sekyra 460+449,22 b., Vojkůvka 386,04+420,42, Fojtáček 413,22+429,90 b.). Další pořadí: 4. Naveta Jablonec 2484,41, 5. RH Štrbské Pleso 2472,77, 6. Slavia VŠST Liberec 2332,01, 7. TJ Vysoké Tatry 2061,99, 8. Sokol Nové Město na Moravě 2029,07, 9. Seba Tanvald 1768,91, 10. Technolen Lomnice nad Pop. 1522,30 b.

Lyžování ve Vimperku sportem číslo 1

Po letošní třetí sezóně sportovních tříd lyžování na 1. základní devítileté škole v ulici 1. máje je zřejmé, že jejich existence je pro oddíl lyžování TJ Šumavan Vimperk nutná, aby byla zajištěna jeho úspěšná práce. Těsné spojení školy s tělovýchovnou jednotou přineslo dobré výsledky ve výkonnostním sportu. Pomáhá řešit zásadní otázky a problémy práce s mládeží. Lyžování je a bude ve městě a okrese sportem číslo 1. Ve Vimperku se mohou pochlubit po skončení lyžařské sezóny 1974—75 dobrými výsledky.

Přípravný tréninkový proces v 1. ZDŠ a paralelně v lyžařském oddíle Šumavanu je vhodně časově naplánován a zajištěna pravidelná tréninková práce s optimálním počtem dětí. To je jeden z hlavních kladů obsahové činnosti sportovních tříd, neboť se odstraní časový střet mezi nároky a možnostmi oddílu Šumavan a časovými možnostmi v hodinovém rozvrhu školy. Finanční zajištění činnosti a materiálního vybavení žáků sportovní třídy vytvářejí důležité předpoklady pro pravidelnou tréninkovou a závodní činnost. Je to velmi nutné pro návyky výkonnostního sportu. Tělovýchovná jednotka Šumavan Vimperk se velkou měrou podílí při materiálním vybavení, organizačním zajištění, jakož i při krytí dopravních nákladů. Škola i TJ se zasloužily o dobré kádry, zajišťující kvalitu tréninkového procesu. Ve škole všichni, kteří jsou zapojeni v trenérské práci sportovních tříd, mají již odbornou kvalifikaci. Také tělovýchovná jednotka se postarala o výškolení dobrovolných trenérů. V ST je v současné době pět trenérů II. třídy a tři trenéři III. třídy. Kvalitě tréninkové práce napomáhá také velmi aktivně TJ finančním krytím dopravních nároků sportovních tříd.

V letošní sezóně se podstatně zlepšila systematická práce činovníků lyžařského oddílu. Trenérská rada pracovala velmi pravidelně, scházela se od konce října 1974 do konce dubna letošního roku každý týden. Účast trenérů byla vždy velmi početná, což svědčí o jejich zájmu o práci v oddíle. Pravidelná činnost trenérské rady velmi kladně ovlivnila hodnotu a pravidelnost celého tréninkového proce-

su. V předstihu se řešila řada závažných problémů. Také vedení oddílu značně zintenzivnilo svou činnost. Hlavním nedostatkem je stálá stagnace v činnosti s nejmladšími žáky do 10 let.

Sportovní třídy společně s lyžařským oddílem Šumavanu v uplynulé sezóně připravily sedm akcí: přespolní běh lyžařů (jako okresní přebor), spolupřátelství večerního běhu městem, první krajský kvalifikační závod (Zadov), přebor sportovních tříd školy, Vimperskou třicítku, „Mrož 75“ a školení rozhodčích lyžování. Žáci ST se zúčastnili čtyř přespolních a jednoho silničního běhu, dále 28 lyžařských závodů v běhu. Měli tři výcvikové tábory: letní v Nové Peci - Lipnu 20.—30. srpna 1974, zimní 13.—22. prosince 1974 na Zadově, 2.—10. ledna 1975 pro výběr v Železně Rudě a 6.—12. ledna 1975 pro ostatní v Novém Dvoře. V uplynulé sezóně nebyly ve Vimperku příznivé sněhové podmínky a na všechny tréninky na sněhu se dojíždělo autobusy (v průměru 1700 km). Příprava na sněhu byla zahájena 29. října 1974 a skončena 5. dubna 1975. Uskutečnilo se celkem 43 výjezdů autobusy.

Přeborníky sportovních tříd ČSR v běhu se stali mladší dorostenec Ladislav Myslík a mladší dorostenka Lenka Kollerová. V celkové soutěži, v níž se hodnotil běh, skok a závod sdružený, obsadila ZDŠ Vimperk čtvrté místo s 6188,25 b. za ZDŠ Tanvald 9144,66, ZDŠ Rožnov pod Radhoštěm 8303,04 a ZDŠ Jilemnice 7781,42 b. Krajskými přeborníky Pionýrské organizace v běhu se stali Jaromír Vachel, Jaroslava Jelínková a obě štafety, přeborníky Jihočeského kraje v Sokolov-



Začala už letní sezóna. Luboš Tomíček ze sportovní třídy v Jilemnici při tréninku na kolečkových lyžích.

ském závodě branné zdatnosti starší žák Pavel Pubal a starší žákyně Lenka Badová, Pubal v přeboru ČSR obsadil ve své kategorii druhé místo. Žáci a žákyně ST se zúčastnili také zájezdu okresní výpravy do Neuhausu v NDR, kde zvítězili ve všech štafetách a v pěti kategoriích jednotlivců.

V tomto školním roce 1974—75 byly v činnosti na 1. ZDŠ ve Vimperku tři sportovní třídy lyžování. V 6. třídě 25 žáků - třídní s. Karel Pajer, v 7. třídě 27 žáků - s. Milada Chvostová a v 8. třídě 24 žáků - třídní s. Karel Hudeček. Všichni žáci jsou organizováni v Pionýrské organizaci a členy lyžařského oddílu TJ Šumavan Vimperk. Při tréninkovém procesu působilo těchto 14 trenérů: Jiří Tůma, Milan Hrdinka, František Lavička, Vlastimil Šartner, Karel Hudeček, Milada Chvostová, Jiří Pán, František Ryšavý, Miloslava Chánová, František Dolejší, Miroslav Lavička, Ladislav Volf, Jaroslava Hrdinková a Jan Fuchs. Patří jim uznání za dobrou práci a mají zásluhu na pěkných výsledcích vimperkské lyžařské mládeže. Přejeme jim v jejich další činnosti v příštím školním roce 1975—76 hodně zdarů!

-jt-



NEJÚSPĚŠNĚJŠÍ NOVÁČEK

Věková hranice se v mnoha sportovních odvětvích snižuje. Toho jsou si dobře vědomi i trenéři našich lyžařských družstev. Snad k nejpěššímu omlazení došlo u družstva běžkyň. Do týmu přišla tři osmnáctiletá děvčata. Mezi nimi Květa Jeriová ze Zálesní Lhoty. Ve všech dosavadních závodech své stejně staré kolegyně v družstvu Harváňkovou i Solanskou porazila.

Začínala na lyžích již v pěti letech. Vždyt v této vesnici s krásným výhledem na Žalý to snad ani žádné jiné dítě nedělalo jinak. Jezdila nejdříve pro potěšení, měla trochu talentu a tak se jí všimli nadšení lyžařští pracovníci ve Studenci. Lyže a sport se tomuto útlému děvčeti staly velkou láskou i zálibou, které musí však často hodně obětovat.

Měla totiž před maturitou na jilemnickém gymnáziu. Musela dojíždět autobusem a to zabere hodně času. Ráno je ve škole již v 7.30 a tak je ještě chvíle času na učení. Odpoledne před odjezdem domů zase zbývá hodně času a tak může alespoň nakoupit a pomoci tím matce.

Květa je vůbec pilná nejen v lyžování. Protože mají doma i malý záhumník, pomáhá kosit trávu (kterépak děvče to ještě umí), uvaří večeři, pomáhá kde může. Na jaře sázela t brambory. Je toho na mladou dívku opravdu hodně. Úspěšně studovat, dobře reprezentovat.

„Mám štěstí, že profesori mají pochopení pro mé sportování. Zejména třídní, češtinář Otakar Holec se snaží,

STUDENEC ÚSPĚŠNÝM POŘADATELEM PŘEBORŮ ŽACTVA

Sokolská

Župa Krkonošská Krištofa Haranta
z Polžic a Bezdruzic

pořádá

II. závody lyžařské

v neděli 28. měs. ledna 1912
ve Studenci u Jilemnice.

Pořad:

1. Jízda členův na 10 km
2. Jízda žen na 2 km
3. Jízda dorostu a žákův na 2 km
4. Běh na 100 m
5. Krasojízda
6. Skok
7. Jízda společná

Závody počínají o 1. hodině odpolední.
Vstupné 40 hal.

Výše uvedený plakát s atletickou postavou lyžaře s jednou dlouhou holí, který byl před několika léty náhodně nalezen v archivu Tělovýchovné jednoty ve Studenci u Jilemnice, je jistě historicky zajímavý a to tím spíše, že na těchto závodech startoval a zvítězil jeden z prvních našich vynikajících závodníků Bohumil Hanč.

Než se tento sportovně historický dokument dostane do lyžařského muzea, zdobí zatím průčelí jedné místnosti v sokolovně ve Studenci, kde se po řadu měsíců loňského i letošního roku scházel organizační výbor s dalšími členy a příznivci lyžařského oddílu tělovýchovné jednoty ve Studenci, který připravoval na 22. a 23. 2. 1975 přebor ČSSR žactva pro rok 1975 ve skoku a v závodě sdruženém.

Dobře připravit závody po sportovně technické stránce, zajistit dobrou kvalitu tratí i můstků, připravit se na přivítání, ubytování a stravování téměř 200 závodníků, trenérů, rozhodčích z celé ČSSR, to už je samo o sobě nemalý úkol — natož, když ho nedostatek sněhu ještě zkomplikuje. Týden před termínem závodu bylo nutno provést rozhodnutí: buď přebor ČSSR odvolat, nebo ho uskutečnit s vyššími finančními náklady a s větším vypětím sil někde v Krkonoších.

A tak žáci — skokani a sdružení z SSR i ČSR — naděje lyžařského sportu, nemohli soutěžit v místech, kde závodil Bohumil Hanč a kde vyrostla řada vynikajících studeneckých lyžařských závodníků minulosti i současnosti a závod byl přeložen do Harrachova, kde pořadatelé našli u lyžařského oddílu plně pochopení a pomoc.

Přeložením přeboru ČSSR do Harrachova pozbyla platnost převážná většina usnesení a opatření organizačního výboru, která byla týden co týden ve stovkách hodin projednávána a formulována do úkolů komisí i jednotlivců a která byla vlastní mozaikou celé organizace; měnily se požadavky a nároky na ubytování, stravování, ztížila se příprava tratí i můstků, bylo nutno provést úpravy plánovaného zahájení i vyhlášení výsledků. Vystala potřeba zajištění přepravy závodníků i funkcionářů, zvýšily se náklady a těch 40 km autobusem tam a zase zpět vyžadovalo i více času.

Přeborem ČSSR žactva žil však — obrazně řečeno — celý Studenec. Našlo se pochopení a osobní zájem u předsedy MNV s. Čerovského, u předsedy VO KSC s. Zlatníka i u pracovníků dalších závodů a organizací nejen ve Studenci, ale i v jiných místech okresu Semily.

Nebýlo by možné vyjmenovat zde všechny — a přitom by bylo tak snadné a tak nespravedlivé na někoho zapomenout, kteří svou obětavou prací i ve ztížených podmínkách dovedli celou akci úspěšně do konce. Ze možná něco nevyšlo tak, jak si pořadatelé představovali a přáli, nemůže

nic měnit na tom, že přebor ČSSR pro rok 1975 žáků ve skoku a v závodě sdruženém byl organizačně i sportovně hodnotným a úspěšným podnikem.

Při závěrečném hodnocení celé akce v organizačním výboru za opětné osobní účasti předsedy místní stranické organizace, MNV a tělovýchovné jednoty byly pečlivě zaznamenávány všechny připomínky a návrhy k dalšímu možnému vylepšení příštích akcí — i když se předtím určitě již někteří zařekli, že už nikdy takové závody dělat nebudou, že je to nad možnosti a síly vesnického lyžařského oddílu.

A tak závěrem možno radostně konstatovat, že členové vzorného lyžařského oddílu ve Studenci úspěšným uspořádáním přeboru žáků ČSSR důstojně zahájili oslavu Československé spartakiády i 30. výročí osvobození ČSSR Sovětskou armádou, přispěli k dobré propagaci své obce i k dalšímu rozvoji mladých nadějí našeho lyžování. A až se celá akce uzavře s konečnou platností a uvolní se nervy i těch, co to nejvíc — jak se říká — táhli, budou mít všichni radost z dobře vykonané práce. A tak tradice pořádání závodů, o které mluví 63 let starý plakát, i tradice výchovy dobrých závodníků ve Studenci nekonečně.

Těchto pár řádků mělo být veřejným poděkováním za jejich práci, neboť jinak přebor proběhl za velmi malé přízně sportovního tisku, zřejmě proto, že šlo jen o žáky — žádná známá jména. Věřím, že za pár let tomu bude jinak — talentů tam bylo dost.

Přebor ČSSR mladšího žactva ve skoku: 1. Jiří Parma (MEZ Frenštát pod Radhoštěm) 173,7 b. (27,5+29,5), 2. Jan Svoboda (Ještěd Liberec) 168,0 (29+27,5), 3. Bohuslav Vacek (Slovan Špindlerův Mlýn) 166,4 (27,5+27,5).

Přebor ČSSR starších žáků ve skoku: 1. Luboš Budínský (Ještěd Liberec) 199,7 b. (33,5+33,5), 2. Břetislav Počík (Jiskra Harrachov) 199,3 (33+33), 3. Milan Vrbičan (Jiskra Svit) 198,0 (33,5+33).

VLASTIMIL ALBRECHT
ústřední rozhodčí lyžování

ENGADINSKÝ MARATÓN

Engadinský maratón druhou březnovou nedělí potvrdil popularitu masových lyžařských běhů na dlouhých tratích. Soustředil u startu rekordní počet 9504 startujících, z toho 610 žen. Na rychlé trati 42 km zvítězil Švýcar August Broger v novém tratovém rekordu 1:42:44,1 hod., dosaďadní rekord měl Švýcar A. Kälin časem 1:53:15. Druhý byl Fin Siitonen 1:43:16,1 před Švýcarem Gigerem 1:44:14,2, Švédem Liljou 1:44:28,8 a Lötscherem (Švýcarsko) 1:44:39,1. Ze žen byla první Švýcarka Kurzová v čase 2:08:42,6 hod. před závodnicí NSR Enderovou 2:12:27,9 a Glaslovou 2:16:36,7.

aby se mi podařilo všechno skloubit. Často se stane, že jsem na závodech nebo na přípravném táboře a nemohu být vyzkoušena. Tak mi pomáhá přeložit zkoušky. Ale jestli si někdo myslí, že mám nějaké úlevy, pak se mýlí. Nikdo mi nic neodpustí. A já bych ani nebyla ráda, přece studuji proto, abych se něco naučila.

Jak jde škola skloubit s náročným tréninkem?

„Chvilí to trvalo, než jsem našla určitý systém. Po návratu ze školy jdu okamžitě trénovat. Dávky, které předepisuje trenér Rázl, nejsou nijak nízké. Pak sednu nad učebnice, před večerem pomáhám doma, následuje ještě asi půl hodiny posilování a když už ostatní se chystají na „kutě“, tak se ještě snažím přinutit mozek, aby vnímal další předměty. Ráno před šestou vstanu a tak to jde vlastně celý týden stále dokola.

Když jsem se loni na jaře dozvěděla, že jsem vybrána do reprezentačního družstva, měla jsem velikou radost. Přibýlo sice tréninkových hodin, ale mě to vůbec nevaďí, protože z přípravy, z pohybu mám vždy radost. Jinak bych přece ani sportovat nemohla.

S Alenou Solanskou bydlíváme při závodech obvykle společně. Často se z našeho pokoje ozývá zoufalé „Blankóóó“ a Blanka Paulův příběhne, aby nám poradila se studiem. Maturovala nedávno, umí toho hodně, byla dobrá žačka. A ráda nám také poradí při tréninku i závodech. Inu, je to naše moc dobrá kamarádka. V družstvu jsem spokojena, ale teď musím více myslet na maturitu. A po ní snad na nějaký dobrý sportovní výsledek. Ale ten nepřijde sám a hned. Musím mu ještě několik roků obětovat. Ale již se na něj opravdu těším.“ -pů-

Úspěch spartakiádních sportovních soutěží

K významnému úspěchu Československé spartakiády 1975, která je vrcholným oslav 30. výročí osvobození naší vlasti hrdinnou Sovětskou armádou, značnou měrou přispěly také sportovní soutěže a turistické akce. Byli to právě lyžaři, kteří začátkem února slavnostně zahajovali jejich zimní část v Liberci mistrovstvím ČSSR v klasických disciplínách za účasti delegací ostatních zimních sportů. K masovému rozvoji lyžování a sportovnímu vyžití v tomto pěkném odvětví přispěla soutěž o spartakiádní vložky. Úspěšně v ní startovalo ve třech lyžařských disciplínách více než půl miliónu chlapců a dívek. Akce, připravená Svazem lyžování ČUV ČSTV, kterou organizoval také Svaz lyžování SÚV ČSTV, měla mimořádný ohlas.

Při ní se v praxi projevila spolupráce lyžařských složek ČSTV se školami, závodními organizacemi ROH, pionýrskou organizací a SSM. O spartakiádní vložky se soutěžilo nejen při závodech lyžařských oddílů, ale také na výchovně výchovných zájezdech škol a odborných učilišť, v zimních pionýrských táborech, v horských zotavovacích ROH a všude tam, kde byly dobré sněhové podmínky. Nenáročná kritéria umožňovala splnění limitů a závody se daly snadno organizačně zvládnout. Celkem bylo rozděleno 200 000 modrých spartakiádních vložek ve sjezdu, 207 000 žlutých v běhu a 104 000 ve skoku.

Jen okresní výbor ČSTV v Náchodě vyznamenal mladé lyžaře a lyžařky 3387 vložkami, z nichž 1478 bylo modrých, 1255 žlutých a 654 červených. Závody v tomto okrese uspořádalo 18 tělovýchovných jednot, deset škol, stejný počet učilišť a také okresní výbor Čs. požární ochrany. ODPaM Olomouc připravil 3. jarní slalom o spartakiádní vložku 5. dubna na Ovčárně pod Pradědem. 98. pionýrská skupina v Praze 6 při pionýrském zimním táboře v Kovářské v Krušných horách 8.—15. března vyznamenal 115 spartakiádními vložkami mladé lyžaře a lyžařky do 14 let a 21 vložkami ty starší do 18 let. Lyžařský okresní svaz v Ústí nad Orlicí se staral, aby měl dostatek spartakiádních vložek pro závody, pořádané různými organizacemi v Orlických horách. Státní statek Praha odměnil 62 spartakiádními vložkami úspěšné děti svých zaměstnanců při závodech v polovině března v Hraběticích v Jizerských horách. Montážní podnik spojů v Praze 5 ve stejné době vyznamenal 85 dětí ve Strážném, ZKL, národní podnik v Praze 10 udělil 37 spartakiádních vložek v běhu a stejný počet ve sjezdu, České energetické závody v Praze 36 ve sjezdu, 34 v běhu a 28 ve skoku, Aero Vodochody při zimním pionýrském táboře 17.—23. března ve Spindlerově Mlýně 85 žlutých a 79 modrých spartakiádních vložek. Tato hlášení v průběhu lyžařské sezóny a ještě po jejím skončení docházela do sekretariátu svazu lyžování ČUV ČSTV v Praze a podobně tomu bylo i na Svazu lyžování SÚV ČSTV v Bratislavě.

Úspěšný průběh měly i spartakiádní lyžařské náborové soutěže. Škoda, že v některých okresech byly jen krátkou dobu příznivé sněhové podmínky. Vybraná okresní družstva ve většině krajů se střetla v krajské spartakiádní soutěži ve všech disciplínách.

Ohlas i v zahraničí měl již VIII. ročník Jizerské padesátky — Memoriál expedice Peru, který se konal v Jizerských horách za rekordní účasti 5144 startujících. Přijeli k němu také závodníci z Itálie, Jugoslávie, NDR, NSR, Rakouska, Sovětského svazu a Švýcarska. Zcela ojedinělou spartakiádní soutěží byl čtvrtou březnovou nedělí 21. ročník závodu 10členných hlídek mužů a 5členných hlídek žen Po hřebenech Krkonoš. Na 70kilometrovou trať mužů se vydal z lyžařského stadiónu ve Sv. Petru rekordní počet 228 hlídek mužů, mezi nimiž byli i sportovci z NDR. V závodě žen pak běželo 89 hlídek žen na 30kilometrové trati. Pořádající Slovan Praha ÚV ČSTV a RH Hradec Králové zasluhují uznání za dobrou přípravu tohoto masového lyžařského závodu, který soustředil u startu příslušníky většiny sportovních odvětví. Všichni chtěli ukázat svou tělesnou zdatnost a že v kolektivně se dobře závodí.

V květnu a červnu přicházely zprávy, že také členové lyžařských oddílů ve velké míře vystoupili na okřskových a okresních spartakiádách. Všechny tyto spartakiády byly mimořádně úspěšné a cvičící sklízeli potlesk a obdiv desítek tisíc diváků. Byly radostnou předzvěstí, že finále na Strahově předčí všechny dosavadní celostátní spartakiády. Také sportovní soutěže, zejména masového charakteru, jako Hledáme novou Sukovou a Kodeše v tenisu, O spartakiádní tetru v lehké atletice a další, jakož i plnění disciplín FIT 75 znamenají významný příslib pro další masový rozvoj tělesné výchovy.

Při přípravách Československé spartakiády 1975 se významnou měrou projevila spolupráce ČSTV s dalšími složkami tělovýchovného hnutí, zejména SSM, PO, ROH, školami, národními výbory, podniky a závody, které se na rozvoji tělesné výchovy podílejí. Smyslem „Společných programů činnosti“ je sjednocování všech těchto článků tělovýchovného hnutí a racionální rozdělení úkolů i odpovědností všech organizací a institucí při zabezpečování masového rozvoje tělesné výchovy. Jistě tomu tak bude i v lyžování a vzájemná spolupráce přinese další úspěchy i v tomto sportovním odvětví po ČSS 1975.

JAROSLAV TROUSIL

KONGRES FIS

Na kongresu Mezinárodní lyžařské federace (FIS) v San Francisku bylo rozhodnuto o pořadatelích mistrovství světa v roce 1978. Světový šampionát v klasických disciplínách se bude konat ve finském Lahti, které dostalo 39 hlasů a jeho soupeř kanadský Quebec o tři hlasy méně. O organizování mistrovství světa ve sjezdových disciplínách měli zájem čtyři uchazeči. V prvním kole dostal Garmisch-Partenkirchen (NSR) 22 hlasů, americké lyžařské středisko Jackson Hole jen o hlas méně, jugoslávská Kranjska Gora 17 a francouzský Briançon 15 hlasů. Ve druhém kole odevzdali delegáti pro Garmisch-Partenkirchen 35, pro Jackson Hole 24 a pro Kranjskou Goru 16 hlasů. Rozhodlo teprve třetí kolo, v němž pro Garmisch-Partenkirchen bylo odevzdáno 48 a pro Jackson Hole jen 27 hlasů.

Předsedou byl opět zvolen aklamací Marc Hodler (Švýcarsko). Místopředsedy jsou Viktor Andrejev (SSSR), Björn Kjelström (Švédsko) a Bud Little (USA). Generálním sekretářem je Švéd Sigge Bergman, do předsednictva byl znovu zvolen také čs. zástupce Ján Mráz.

FIS schválila nová pravidla Mezinárodního olympijského výboru o amatérském statutu, která umožní, aby sportovci dostávali od svých národních svazů vyšší finanční dotace. S okamžitou platností bylo zakázáno používání kombinéz z vysoce klouzávých a hladkých materiálů, aby byla zajištěna bezpečnost závodníků. Příští 31. kongres Mezinárodní lyžařské federace se bude konat v roce 1977 v argentinském Bariloche.

JARNÍ ZÁVOD SKOKANŮ

Skokani se rozloučili se sezónou poslední dubnovou nedělí III. ročníkem jarních závodů na vysokohorském můstku s normovým bodem 78 metrů na rakouském Hochköniku. Za účasti 40 startujících ze sedmi zemí zvítězil dvojnásobný mistr světa Hans-Georg Aschenbach (NDR) s 245,1 (87 + 89 m) před Rakušany Pürstlem 236,4 (85,5 + 84,5) a Innauerem 231,8 (85 + 81). Čtvrtý byl Schmidt (NDR) 228,0 (84,5 + 82) před Rakušanem Schnabelem 226,3 (82,5 + 81) a Kodejškou 219,7 (83 + 81,5). Jaroslav Balcar obsadil deváté a Rudolf Höhnle desáté místo.

80 NEJLEPŠÍCH SOVĚTSKÝCH LYŽAŘEK NA STARTU



MISTROVSTVÍ SSSR ŽEN V BĚHU NA LYŽÍCH na 30 km při hromadném startu 89 nejlepších sovětských závodnic druhou dubnovou sobotu v Apatitu za polárním kruhem bylo mimořádnou událostí. Obrázek č. 1 ukazuje jak to vypadalo na lyžařském stadiónu, kde byl start a cíl závodu. Nejlepší sovětské běžkyně na stupních vítězů. Zvítězila trojnásobná držitelka zlatých olympijských medailí ze Sappora a trojnásobná mistryně světa 1974 Galina Kulakovová v čase 1:46:14 hod. před Ninou Seljuninovou a Raisou Smetaninovou. Na obrázku č. 3 jak to vypadalo při občerstvení na trati a na obrázku č. 4. sovětsští trenéři sledují výkony svých svěřenkyň.



lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ ČERVENEC 1975 ♦ Kčs 3,-

7





SKOKY V ZÁŘI REFLEKTORŮ

První letošní závody na můstku s umělou hmotou, které byly současně premiérou v záři reflektorů, se konaly 10. května ve Frenštátě pod Radhoštěm. Na prvním obrázku pohled na osvětlený můstek s normovým bodem 72 m. Na druhém nadějný junior Luděk Matura na nájezdu. Na třetím šest nejlepších skokanů v „Poháru osvobození“. Zleva: Jiří Raška, Ivo Felix, Jaroslav Sláma, Václav Jakoubek, Leoš Škoda a Jozef Lepko.



Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

KONGRES FIS
V SAN FRANCISKU

NA BĚŽKÁCH
STÁLE RYCHLEJI

PŘÍPRAVA NA ZOH 1976
V INNSBRUCKU

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY „KRÁL
BÍLÉ STOPY 1975“ ZASLOUŽILÝ
MISTR SPORTU KAREL KODEJŠKA PO
VYHLÁŠENÍ 3. ROČNÍKU ANKETY
V LOMNICI NAD POPELKOU S NEJ-
LEPŠÍ LYŽAŘKOU UPLYNULÉ SEZÓ-
NY MISTRYNI SPORTU BLANKOU
PAULŮ. — NA ZADNÍ STRANĚ OLYM-
PIJSKÝ VÍTĚZ A MISTR SVĚTA V ZÁ-
VODĚ SDRUŽENĚM ULRICH WEHLING
(NDR), KTERÝ BYL I V UPLYNULÉ
SEZÓNĚ NEJÚSPĚŠNĚJŠÍM SDRUŽE-
NÁREM A ZVÍTĚZIL TAKÉ NA X.
TATRANSKÉM POHÁRU

lyžařství

Ročník 61

Číslo 7

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfred Janecký. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, ing. P. Borský, K. Eidlpes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentůvská 1. Telefon čísl. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávkou přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 5. června 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813

Po ČSS 1975 za další masový rozvoj tělesné výchovy

Československá spartakiáda 1975 s bohatým programem sportovních soutěží a turistických akcí byla významnou součástí oslav 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. Tělovýchovná aktivita ve všech krajích předčila všechna očekávání. Program Československé spartakiády byl připraven v souladu se zásadami rozvoje tělesné výchovy v ČSSR ve smyslu závěrů XIV. sjezdu KSČ. Byl obrazem bohatosti, pestrosti a rozmanitosti tělovýchovného, sportovního a turistického života všech vrstev našich občanů. Již v době příprav Československé spartakiády podařilo se získat pro aktivní tělovýchovnou a sportovní činnost další desetitisíce našich spoluobčanů. Úspěšná spolupráce naší dobrovolné tělovýchovné organizace se Socialistickým svazem mládeže a jeho Pionýrskou organizací, Svazarmem, Revolučním odborovým hnutím, školami, národními výbory a dalšími organizacemi přinesly ovoce. Mimořádných výsledků se podařilo dosáhnout především proto, že celá společnost, především Komunistická strana Československa, od začátku spartakiádních příprav vytvářela všestranné podmínky pro úspěšnou přípravu a průběh všech akcí náročného spartakiádního programu.

Pro tělovýchovnou, sportovní a turistickou činnost byly vytvořeny mimořádně příznivé podmínky. Celé tělovýchovné hnutí stojí před významným úkolem, aby toto příznivé klima se udrželo i nadále a tělovýchovné činnosti se mohl aktivně zúčastňovat i po Československé spartakiádě co největší počet našich spoluobčanů, především mládeže. Rozhodující úlohu v tomto úsilí musí sehrát tělovýchovná organizace, která svou iniciativou, programem a přijatými opatřeními bude příkladem všem ostatním.

Spartakiádní štáby, které byly odpovědné za přípravu rozsáhlého a náročného programu, získaly v této práci první zkušenosti, důležité poznatky, bohatou praxi a vytvořily si potřebnou autoritu v široké společenské koordinaci práce všech organizátorů, kteří se podíleli na Československé spartakiádě. Tyto kladné rysy práce je třeba v plné míře využít i pro další období rozvoje socialistické tělesné výchovy. Spartakiádní štáby dokázaly zabezpečit účelnou koordinaci, dělbu úkolů a odpovědnosti mezi jednotlivými společenskými organizacemi, resorty a institucemi, což se v minulosti nepodařilo plně vyřešit. V tomto smyslu práce štábů v praxi potvrdila realnost závěrů stranického dokumentu „Zásady rozvoje tělesné výchovy ve smyslu usnesení XIV. sjezdu Komunistické strany Československa“, tj. řešit celospolečenskou koordinaci, jako jeden ze základních předpokladů masového rozvoje tělesné výchovy.

Vedení Československého svazu tělesné výchovy proto chce, aby spartakiádní štáby neukončily svoji činnost zhodnocením Československé spartakiády 1975, ale aby současně s hodnocením výsledků projednaly další společný postup všech složek tělovýchovného hnutí pro další období. Proto štáby vedle zhodnocení dosažených výsledků v přípravách a průběhu Československé spartakiády by měly projednat i další možnosti masového rozvoje tělesné výchovy ve své územní působnosti. Bude účelné využít dosavadních zkušeností z práce spartakiádních štábů a v součinnosti se státními orgány vytvořit předpoklady k jejich převedení k národním výborům. V místech, okresech i krajích byla vytvořena atmosféra pro tato opatření. Rozhodující iniciativu v tomto období musí sehrát především orgány ČSTV na všech úrovních řízení. Hlavní metodou, sjednocující úsilí všech složek tělovýchovného hnutí jsou „Společné programy činnosti při zajišťování úkolů masového rozvoje tělesné výchovy“. Jde o to, aby „Společné programy“ tvořily komplexní systém zabezpečující dlouhodobý program rozvoje tělesné výchovy především v místech a okresech.

Tělovýchovné organizace musí být rozhodujícím iniciátorem tvorby „Společných programů tělovýchovné činnosti“. Ve spartakiádních štábech se významnou měrou uplatnili také činovníci lyžařských oddílů. Jistě se také přičinili o to, aby se podíleli na tvorbě „Společných programů“, v nichž lyžování by zejména v horských oblastech mělo zastávat významné místo.

Při této příležitosti je vhodné si znovu připomenout úspěšný průběh lyžařských spartakiádních soutěží, přestože sněhové podmínky nebyly příliš příznivé. Potěšitelná byla zejména spolupráce lyžařských složek ČSTV se školami, SSM a jeho Pionýrskou organizací, závodními organizacemi ROH, odbornými učilišti a dalšími organizacemi při náborových závodech o spartakiádní vložky. Více než půl miliónu udělených vložek je toho nejlepším dokladem. Také lyžařské spartakiádní soutěže měly úspěšný průběh, škoda, že některá krajská finále nebylo možno uskutečnit pro nedostatek sněhu. Tyto výsledky zavazují k tomu, aby podobné akce se uskutečnily i v nové zimní sezóně 1975–76. Proto nepřekvapuje např. bod z usnesení plenárního zasedání Jihočeského krajského svazu lyžování, v němž se ukládá organizovat akce náborového charakteru v lyžařských oddílech a na školách, v organizacích SSM a jeho PO, jakož i prohlubovat péči o zkvalitnění a zmasovení SHMP. Plenární zasedání Severomoravského krajského svazu lyžování zase doporučilo, aby před zahájením nové sezóny byly připraveny renovované podmínky odznaku Lyžař ČSR, jako jedna z dobrých akcí pro rozvoj lyžování. Všechny tyto příklady potvrzují zvýšenou aktivitu v lyžařském sportu a jsou dobrou předzvěstí dalšího masového rozvoje lyžování a tělesné výchovy.

JAROSLAV TROUSIL

Nevydařené finále SVĚTOVÉHO POHÁRU

Když komise FIS pro Světový pohár rozhodovala o tom, zda má či nemá do programu soutěže o Světový pohár ve sjezdových disciplínách pro rok 1974—75 (SP) začlenit také paralelní slalom, nebyli všichni členové komise je notného názoru. Bylo mnoho váhavosti, přestože experimentování s paralelním slalomem, prováděné pod patronací FIS na americkém kontinentě před rokem skončilo pozitivním výsledkem. Finále SP 1974—75 ve Val Gardeně jasně ukázalo, že rozhodnutí komise nebylo dosti uvážené a že autoři programu SP si neuvědomili nesnáze, které zařazením paralelního slalomu mohou být vyvolány.

Průběh paralelního slalomu ve Val Gardeně, jako jednoho z finálových závodů SP — jel se dokonce jako poslední závod soutěže — nebyl bez vážných nedostatků. Vyvolal ostrou kritiku lyžařské veřejnosti a odborného tisku a nepochybně podnítl i odpovědné funkcionáře federace k přemýšlení o tom, jakou organizační podobu nově se rodící sjezdové disciplíně definitivně dát.

Z těch, kdož sledovali průběh letošního SP, patrně jen málokdo bude mít pochybnosti o zasluženém vítězství Gustavo Thõního, čtvrtého vítězství ve SP v období posledních 5 let. Mladý, 24letý Ital z Trafoi, prokázal během dlouhé sezóny, že je nejlepším všestranným sjezdařem současné doby. Byl jediným závodníkem, kterému se poprvé po vítězné cestě Killyho podařilo dosáhnout výrazných výsledků ve všech disciplínách, a to v roce, ve kterém závodníci sjezdováním dosáhli nového výkonnostního vrcholu. Právě pro tento typ jezdce určili zakladatelé soutěže o SP onen všemi sjezdaři vytožený křišťálový pohár. Specialisté jsou ohodnocováni odlišným způsobem, bojují o vítězství v jednotlivých disciplínách.

Vedle Thõního byli jen dva další vážní aspiranti na získání nejvyšší sjezdové trofeje, mladý Švéd Ingemar Stenmark, neobyčejně talentovaný specialista ve slalomu a v obřím slalomu — z 15 závodů SP, ve kterých v letošní zimě startoval, vyhrál pět a šestkrát obsadil druhá místa — a Rakušan Franz Klammer, nejspěšnější sjezdař všech dob, vítěz osmi z devíti závodů ve sjezdu letošního SP.

Inspirátoři a zakladatelé soutěže o SP pokládají jistě za spravedlivé, že Thõni porazil Stenmarka v rozhodujícím posledním závodě soutěže; kdyby se byl dostal do čela Stenmark, byl by zmařil záměr a snahu autorů pravidel pro SP 1974—75 — podpořit všestranné jezdce proti specialistům. Stenmark nejel ani jediný závod ve sjezdu a prohlásil, že jej nemíní jet ani v budoucnosti. Je specialistou, kterým chce i nadále zůstat. Má pro to své osobní důvody.

Námítky specializace by nebylo možno vznést proti případnému vítězství Klammera. Vedle vítězství ve sjezdu získal mladý Rakušan cenné body také v obřím slalomu a v kombinaci a jel všechny slalomy. Prokázal, že je univerzálním lyžařem, nikoliv však tak velkým, jakým je Thõni.

Ve své devítileté historii dosud neprobíhala soutěž o SP tak dramaticky jako v letošním roce. Do posledního závodu soutěže, do paralelního slalomu, nastupovali favorité s abso-

lutně stejným počtem 240 bodů. Favoritem čís. 1 byl nesporně Thõni, vřdyt v nejtěžším sjezdu soutěže, na Hahnenkammu v Kitzbühelu, zajel čas jen o 1/100 vt. horší nežli vítěz Klammer a vyhrál suverénně všechny kombinace. Ovšem, nebyl by Klammer vyhrál, kdyby mu v Megève v jediném závodě ve sjezdu, který nevyhrál, nebylo prasklo vázání? To jistě byla směla, ale také Thõni a Stenmark měli několikrát smělu.

Z hlediska sportovního byl paralelní slalom, jako finálový závod SP, velkým zklamáním. První velkou chybou bylo, že pořadatel zvolil nevhodný svah, který neumožňoval paralelitu obou tratí. Největší chybou však bylo, že byl zařazen jako poslední závod soutěže, což nejen umožňovalo, ale bylo přímou výzvou k taktickému, velmi nesportovnímu manévrování některých vedoucích družstev. Reakcí 30 tisíc přihlížejících diváků na nesportovní praktiky byla bouře nevole, provázená ostrou kritikou přítomných novinářů. Pro ilustraci několik úryvků z tisku: „Závod skončil na hranici skandálu“, „Bylo nebezpečí, že závod se zvrhne v hypokritickou komedii“, „Sportovní spravedlnost byla jako zázrakem zachráněna jen Thõního vítězstvím“ apod.

Jaký tedy byl průběh posledního závodu tří favoritů? Klammer pohřbil své šance hned v prvním rozjezdu. Nastoupil proti zkušenému slalomáři, Italu Schmalzlovi, ztratil prvé kolo a v druhém byl diskvalifikován, když odvážnou jízdou chtěl vyrovnat ztrátu, ale vyjel z tratě. Stenmarkova šance nebyla o nic lepší. Bojoval, odkázán sám na sebe, s vynikajícími jezdci silných alpských družstev. Měl proti sobě 7 Italů, včetně Thõního, povzbuzovaného tisíci diváky. Krom toho Mario Cotteli, tvrdý strateg italského družstva, prý nijak nezakrýval, že od svých jezdců vyžaduje, aby své osobní ambice podřídili zájmu celku, což prakticky znamenalo podpořit Thõního všemi prostředky v jeho boji o vítězství. Dramaticky proběhl čtvrtfinálový závod. Thõni nastoupil proti svému druhu z družstva Pietrogiovannimu a Stenmark proti Bachledovi. Pietrogiovanna úmyslně zaspal start a v třetí brance opustil trať a vzdal; Thõni mohl postoupit. Stenmark ztratil v prvním kole na Bachledu 2,403 vt., tedy čas, který prakticky již nemohl vyrovnat. V druhém kole však přišlo to, co diváci předvíдали. Bachleda upadl a vzdal. Diváci, kteří věděli, že Stenmark s Bachledou celou zimu společně trénovali, vehementně protestovali a oba jezdce obviňovali z podvodu. Protesty byly tak „důraz-



Gustavo Thõni (Itálie), vítěz Světového poháru 1975 ve sjezdových disciplínách

né“, že jury musela pohrozit přerušením závodu. Cotteli, kterému nevalila nesportovní souhra mezi Thõním a Pietrogiovannim, dvakrát protestoval v případě Bachleda—Stenmark a požadoval diskvalifikaci Stenmarka pro údajně neprojetí branky. Jury po 45 min. jednání protest zamítla. Je jen přirozené, že příhody podobného druhu vyvolaly atmosféru, která poškodila sportovní hodnoty závodu. Finálový boj muže proti muži vyhrál Thõni, když Stenmarkovi na ledě sklouzla lyže a musel vzdát.

Komplikovanou situací svým podílem nepříznivě ovlivnila i nedůsledná práce technických delegátů, kteří připustili řadu výjimek z původně přijatých pravidel pro SP. Nechat si vedoucími družstev odhlasovat výjimky z pravidel je demagogickým počínáním, které se často obrací proti jury a TD. Primárním úkolem každého vedoucího družstva totiž je obhajovat sportovní zájmy svých svěřenců. Tato povinnost může vést až k neloajlnosti ve spolupráci s vedením závodu, konkrétně k tomu, jak se stalo ve Val Gardeně, že čtvrt hodiny po hlasování o určitém postupu, vedoucí družstva požaduje řešení opačné než odhlasoval.

Pravdou je, že paralelní slalom je zcela novou disciplínou, vyžadující naprosto speciální techniky i taktiky jízdy. Krátká, velmi rychlá trať zdá se být větším rizikem pro špičkové jezdce a může být dokonce i výhodou pro jezdce 3. příp. 2. losovací skupiny. Další pravdou je, že evropští jezdci nepokládají z hlediska sportovní hodnoty paralelní slalom za závod rovnocenný klasickému sjezdu, slalomu nebo obřím slalomu a že většina z nich necítí ani potřebu jej jet častěji než jen příležitostně, v periodických přestávkách tradičního sjezdování. Na druhé straně ovšem nelze paralelní slalom předem odmítat a také nikdo z vedoucích činovníků federace ani členů komise pro SP jej neodmítá ani nepochybuje o jeho budoucnosti, kupř. jako závodu družstev, při kterém každý závodník je zainteresován vyhrát

co nejvíce rozjezdů. Ve SP a zejména ve finále ve Val Gardeně, byla situace naprosto rozdílná. Pouze 3 z 28 startujících závodníků měli opravdový osobní zájem na výsledku. Pro zbytek sjezdařů nebylo celkem důležité, jak pro ně závod skončí. Tato situace otevřela cestu k praktikám, které hraničily s neregulérností. Bylo nemyšlitelné, že by kterýkoli z italských jezdců mohl blokovat obtížnou cestu Thöniho k čtvrtému vítězství. Navíc, Cotelli podnikl vše, aby ztížil Stenmarkovi šance.

Po zkušenostech ve Val Gardeně převládá v odborných kruzích obecný názor, že program SP již nikdy nesmí být zakončen paralelním slalomem. Federace a také mnozí závodníci jsou toho názoru, že paralelní slalom se může stát velmi zajímavým závodem i vzrušující podívanou vysoké sportovní hodnoty. V soutěži, jako je SP, která probíhá po dlouhou dobu tři měsíců, však je příliš mnoho v sázce, než aby její výsledek mohl být závislý na jediném závodě, ve kterém náhoda hraje tak velkou roli.

Pobouřená nálada diváků ve Val Gardeně trvala podle shodných zpráv z odborného tisku až do samého konce závodu. Aby Thöni mu Moserové-Pröllové mohla být slavnostně předána — tak to předepisují pravidla SP — cenná Evianská trofej, musela policie zjednat pořádek. Finále se tentokrát opravdu nevydařilo; sympatičtí Thöni a Stenmark však si potřebsli pravici jako opravdoví přátelé. Na dotaz novinářů po jejich dalších plánech odpověděli shodně, že se vrací domů, aby si zalyžovali také trochu pro své potěšení.

Dr. OTTO KULHÁNEK

Film o INTERSKI

Tělovýchovná škola ČÚV ČSTV již dokončila barevný propagační lyžařský film o letošním jubilejním X. ročníku Interski ve Vysokých Tatrách. Lyžařské oddíly si mohou tento film vypůjčit od září 1975 v půjčovně filmů Sportpropaga, Praha 7, Dukelských hrdinů 5, tel. 371-207.

Pěkného filmu jistě oddíly využijí při instruktážích. Mohou si jej také zakoupit od filmového oddělení Tělovýchovné školy ČÚV ČSTV (s. Pilný) v Praze 1, Újezd 450.

NOVINÁŘI NA BĚŽKÁCH

Mezinárodní závod novinářů v běhu na lyžích se stal již pravidelnou součástí Tatranského poháru na Štrbském Plese. Letošní již 6. ročník uspořádala lyžařská sekce Klubu českých sportovních novinářů ve spolupráci s organizačním výborem X. Tatranského poháru pod záštitou gen. řed. Průmyslu sportovních a technických potřeb J. Mareše a řed. nár. podniku Sport J. Glogra. Jeho uspořádání na zmrzlé stopě, která poznamenala odřeninami i zkušené lyžaře světové špičky, bylo ohroženo, ale zásluhou J. Terežčáka na zkrácené asi třikilometrové dobře upravené trati se podařilo závod uskutečnit.

Absolutním vítězem se stal vítěz kategorie do 40 let Pavel Vitouš (Mladá fronta) v čase 6:26,45 min. Druhý nejlepší čas měl Anton Zerer z bratislavské Pravdy 6:55,80, který zvítězil v kategorii nejmladších do 30 let. Do 50 let byl nejrychlejší Ivo Urban (Rudé právo) 8:29,27 a v kategorii nejstarších Jiří Nejedlo z Lidové demokracie pátým nejlepším časem 8:32,74 potvrdil, že je stále v dobré formě.

-tr-

Jarní turné sjezdařů

Konec sezóny 1973—74 zastihl naše sjezdaře v dobré formě. Zcela logicky se očekávalo, že letošní sezóna bude pokračováním vzestupné tendence výkonnosti. První závody Světového poháru všechna očekávaní překonala. V lednu nastal sice nepatrný pokles, ale již Kitzbühel a mistrovství Evropy juniorů ve sjezdových disciplínách v Mayerhofenu potvrdily, že předchozí výsledky nebyly náhodné. I když neúčast našich reprezentantů na japonsko-americkém turné nálady nepřidala, bylo vítězství v naší nejsilnější disciplíně — obřím slalomu — ve vzduchu. V Jasně se čs. závodníkům dařilo již tradičně hůře, sjezd na Zimní spartakiádě spřátelených armád v SSSR byl pro nás ledovou sprchou.

Takový byl nástup k jarnímu turné, které stejně jako před dvěma roky začínalo v Andoře. Odjížděli jsme z Prahy 6. března dvěma auty v očekávaní slunečného počasí a dobrých závodů po zimě, která velkými změnami počasí nemá obdoby. Cestou do Ženevy si naši reprezentanti vyměnili lyže a v tomto švýcarském městě jsme se sjeli s ostatními sjezdaři, kteří závodili v USA. Odtud byl společný odlet Caravellou společností Transeuropa. Nejhorší bylo, že do letadla se nevešly lyže a některá zavazadla, takže celý zájezd začal zmatkem. Po příletu do Barcelony pozdě večer organizátoři nás překvapili ihned další cestou 250 km auty horskými silnicemi do Andorry. Zde jsme turistickou kalvárií dokončili ve 4.15 hod. ráno. Až pozdě odpoledne dovezli pořadatele lyže, takže den tréninku proběhl na malém fotbalovém hřišti. Druhý den jsme ztratili iluze, že do Španělska se jezdí za sluncem. Vít a mlha odsouvaly start hodinu po hodině, až nakonec obří slalom byl k našemu zklamání odložen. Následující den se konal závod ve slalomu a k našemu milému překvapení až do té doby slalomově „studený“ Sochor v něm obsadil čtvrté místo. Rozmary počasí nejlépe dokumentovala příhoda Bohumíra Zemana. Po dokončení slalomu odjel s ostatními závodníky na prohlídku tratě obřího slalomu. V mlze ztratil orientaci a spadl z převisu, našťáště bez následků.

Ani další den pro špatné počasí se nemohl konat závod v obřím slalomu, takže zpět do Barcelony brzy ráno jsme odjížděli zklamáni. Z Barcelony jsme opět letěli do Madridu, odkud nás čekala cesta autobusem do La Piniely, kam jsme opět dorazili bez ly-

ží. Prvním závodem zde byl obří slalom, uspořádaný při střídavé mlze na hranici regulérnosti. Byl pro nás úspěšný, neboť jsme měli Sochora (druhý) a Zemana (třetí) na stupních vítězů. Slalom se málem stal senzací. Bohouš Zeman, startující ve třetí skupině, projel první kolo s naprostou lehkostí v nejlépeším čase s náskokem 50 setin vteřiny před SchwenGENEREM. Ve druhém kole bohužel vyjel z tratě a tak v první desítce z našich závodníků skončil jen Sochor na šestém místě.

Po Pinile se konaly dva náhradní slalomy ve švýcarském Villars. A opět nový snh, zima a mlha a navíc se již vrátili závodníci ze Světového poháru. Přesto i zde byly pro nás body. Ještě v první desítce Sochor, podruhé Zeman a navíc Heczko skončil těsně za 10. místem. Z Villars jsme odjeli do dalšího švýcarského střediska zimních sportů Arosy, kde jsme využili čtyřdenní přestávky k nabrání dechu pro poslední část zájezdu. V klidu jsme si prohlédli tratě, potrénovali a připravili se na zdárný průběh soutěže. První kolo obřího slalomu, při němž jsem byl pověřen vytyčením tratě, skončilo našim velkým úspěchem. Sochor byl osmý, Heczko se startovním číslem 70 sedmáctý, Zeman s číslem 49 devatenáctý a Ivan Sochor s číslem 102 dvacátý-první. Ze 108 startujících první kolo dokončilo 106. Druhé kolo zajeli výborně Míla Sochor se Zemanem a obsadili třetí a deváté místo při kompletní zastoupení domácích závodníků a všech, kterým ještě chyběly body. I ve slalomu jsme díky M. Sochorovi získali body do Evropského poháru.

Hned po rozdělení cen jsme odjeli do Borsterlangu, kde jsme absolvovali opět v mlze a větru další den slalom, tentokrát bez bodů do Evropského poháru, ale s dobrými body FIS. Další cesta vedla do Oberstdorfu, kde nás příjemně překvapilo slunce při obřím slalomu o FIS body. Po závodě jsme se znovu vraceli do Švýcarska, tentokrát na Hochybrig, kde jsme trénovali před vánočními svátky. Ani zde se však závod v obřím slalomu pro mlhu neuskutečnil. To už začaly přicházet zprávy o špatné povětrnostní situaci a uzavřených alpských průsmycích. Proto jsme co nejrychleji startovali do předposledního místa našeho zájezdu Caspogia. Cesta v trvalém a vydatném dešti z Lugana podél Lago di Como po úzké silnici proti velkému proudu aut v protisměru na velikonoční pondělí byla dramatická. Kolem 21. hodiny jsme dorazili na místo, které loni znamenalo druhou cenu a nejlepší body

pro Mílu Sochora. Ani tentokrát zde nevyšel naprázdno. Nezabránil mu v tom ani Piero Gros, který měl Italům vybojovat vítězství a dokumentovat sílu italského sjezdařského sportu v sídle šéftrenéra Maria Cotelioho. Zaváhání ve druhém kole odsunulo Grose na šesté místo. Na nejvyšším stupni vítězů — primo posto — stanul Milošlav Sochor. Ve slalomu nebylo o vítězství domácích pochyb. Gros, De Chiesa a Radici odčinili neúspěch z obřího slalomu.

Děšť v nižších polohách po odjezdu z Caspoggia nevěstil nic dobrého. Cestou do Mayerhofenu jsme přespali za Veronou. Přes průsmyk Tonale jsme se přece jenom neodvážili. Druhý den při slunečném počasí byla dobrá nálada a vyjeli jsme po dálnici na Brenner. Před výjezdem v Bolzanu však po obou stranách silnice stojí fronta vozů a dovidáme se, že Brenner je uzavřen. Nakonec jsme se prodrali přes Brixen až do Lienz, ale zde zjistili, že po laviny nedá se jet ani přes Felbertauern. Pořádilo se nám dostat se do Mallnitz a na vagónech vlakem do Bad Gasteinu. Druhý den dopoledne jsme dojeli šťastně do Mayerhofenu. Dozvídali jsme se hrozné zprávy o lavinách a o smrti deseti lidí, kteří zahynuli v autech pod lavinou. Stále jsme čekali na naše druhé auto, které konečně v poledne dojelo, když osm hodin muselo čekat na odstranění závalu laviny.

Konečně obří slalom mužů, finále Evropského poháru a slunce. Domácí nastoupili se všemi esy v čele s Hinterseerem a Hauserem. Po prvním kole vedl Švýcar Mattle. Míla Sochor byl o 20 setin vteřiny zpět. Ve druhém kole měl náš reprezentant nad očekávání dobrý start. Čtyři oblouky a zmizel za zlomem. Nervozita vzrůstala. Konečně se ozval ve vysílače Karel Hampl: „Jede ostře, ten nájezd do traverzu byl pomalý — už je na rovině — šlape do toho a je v cíli. Čas 1:07 a nějaké drobné.“

Ve druhém kole startoval Míla Sochor jako první ve skupině, teprve po něm jel všichni favoriti. Po každém z nich v cíli hlásí Karel Hampl: „Je to dobré,“ což znamená, že Míla Sochor má nejlepší čas. Konečně celá první skupina absolvovala druhé kolo a prakticky není pravděpodobnost, že by některý závodník dosáhl lepšího času. „Byly to nervy, co?“, ozve se ve vysílače. Máme všichni velkou radost, konečně je na příští rok zajištěna první skupina.

Druhý den se jel slalom žen a na závěr slalom mužů. V případě jednoho jediného bodu (umístění do 10. místa) mohl ještě Míla Sochor obsadit druhé místo v celkové klasifikaci. Jeho vítězství v obřím slalomu, započítávaných do Evropského poháru, bylo více než přesvědčivé. A opět snůh a mlha. Všichni toho již mají „plné zuby“ a jsou rádi, že dlouhá sezóna je u konce. Sochor ve slalomu obsadil 15. místo a v celkové klasifikaci Evropského poháru skončil třetí. Nebyla to lehká sezóna se 45 mezinárodními starty v 27 místech v průběhu 133 dní. A ta příští bude ještě těžší, vždyť se bude bojovat o olympijské medaile.

JAN VEDRAL

trenér čs. reprezentačního družstva sjezdařů



Trenéři čs. reprezentačních družstev Jáchym Bulín, Bohouš Rázl a Jan Vedral při besedě v Lomnici nad Popelkou při vyhlášení ankety „Král bílé stopy 1975“

KODEJŠKA králem bílé stopy

Vyhlášení ankety „Král (královna) bílé stopy“ se stává tradičním důstojným zakončením lyžařské sezóny. Bylo tomu tak i letos, kdy třetí květnovou sobotu byl korunován králem lyžařů v Lomnici na Popelkou místní roľák, zasloužilý mistr sportu Karel Kodejška. Dobyti titulu mistra světa v letech na lyžích znamenalo největší úspěch čs. lyžování v roce 1975 a proto také o Kodejškově prvenství v 3. ročníku ankety nebylo pochyb. Shodli se na něm nejen čs. sportovní novináři zabývající se lyžařskou tematikou, ale i trenéři a nejvýznamnější pracovníci čs. lyžování. Zato pořadí na dalších třech místech bylo velmi vyrovnané a rozhodovaly nepatrné bodové rozdíly.

Slavnostní akt v Tylově divadle přispěl k další propagaci lyžování v krkonošském podhůří a byl vhodným zahájením oslav padesátiletého trvání lomnického lyžařského oddílu. Tělovýchovná jednota Technolomnice nad Popelkou má v lyžařích dobře pracující oddíl, který se může pochlubit pozoruhodnými úspěchy ve výchově lyžařské mládeže a z jeho řad vyšlo již několik úspěšných reprezentantů. Navazují na úspěchy zdejších bývalých mistrů republiky Josky Císaře a Františka Felixe. Radostí je skutečnost, že tito v současné době pomáhají ostatním funkcionářům, aby oddíl se mohl řadit mezi ty, které se chlubí čestným titulem zorný. Je to výsledek nejen dobré sportovní, ale i politicko-výchovné práce. Brigádnické úsilí lyžařů je příkladem pro ostatní lomnické občany, jak to potvrdil i předseda MěstNV Bohuslav Šonkský. Proto lomničtí lyžaři mají také vydatnou podporu městské rady, což se potvrdilo i při vyhlášení „Krále bílé stopy 1975“, jehož byl MěstNV spolupřevodatelem. Tylovo divadlo bylo zaplněno do posledního místečka, když na jevišti zasedli nejúspěšnější závodníci uplynulé sezóny a všichni jejich trenéři. Chyběla jen omluvená nemocná vítězka Evropského poháru ve sjezdových disciplínách Dagmar Kuzmanová, kterou zastupoval zorný trenér čs. reprezentačního družstva sjezdařek Ladislav Zacharides. Není divu, že na besedě s nejlepšími lyžaři a jejich trenéry po kulturním pořadu a vyhlášení výsledků ankety diváci jim dávali otázky všeho druhu, týkající se nejen přípravy a závodní činnosti našich hvězd lyžařské stopy, ale i jejich zá-

lib a dotazy na nejzajímavější příběhy z bohaté sportovní dráhy. Karel Kodejška byl pochopitelně největším středem pozornosti, neboť prožil své mládí v tomto městě a má zde hodně osobních přátel. Proto asi ani nepřekvapilo, že po skončení skokanské kariéry by se zase rád do Lomnice vrátil, jak sám prohlásil. Žije tu jeho starostlivý otec a maminka a Karel, který má v úmyslu vystudovat trenérskou školu FTVS UK v Praze, rád by zde pomáhal při výchově lyžařské mládeže, zapálené pro tento pěkný sport a zejména pro skokanskou disciplínu.

Vyhlášení ankety bylo současně příležitostí, aby dopoledne na městském národním výboru za účasti zástupců Svazu lyžování ČSTV, vedoucího investičního oddělení ČSTV inž. Bohuslava Sváška, činovníků TJ Technolomnice n. Pop. a sportovních novinářů se zde jednalo o možnostech dalšího vylepšení zdejšího tělovýchovného zařízení. Jsou zde dobré podmínky, aby ještě v letošním roce byly pěkné lomnické lyžařské můstky pokryty umělou hmotou. Místní občané v akci Z již udělali velký kus práce a mohou se pochlubit cennými zkušenostmi. K dosavadním dvěma můstkům s normovými body 55 a 32 má být přistavěn ještě třetí (P 20 m) a všechny mají mít umělou hmotu. Znamenalo by to možnost dokonalé přípravy skokanů od nejmenšího můstku k největšímu a podmínky pro pozdější zřízení střediska vrcholového sportu mládeže. Při zkušenostech a obětavosti místních lyžařských činovníků, mimořádném pochopení stranických a státních orgánů a zájmu místních občanů by to bylo k prospěchu čs. ly-

žování. Potvrdily to i rozhovory tělovýchovných pracovníků s předsedou MěstNV B. Šonským a členy městské rady.

Již v pátek odpoledne po skončení vyučování se konala v tělocvičně ZDS beseda žáků této školy s mistrem světa Karlem Kodejškou, kapitánem čs. reprezentačního družstva skokanů Rudolfem Höhnlem, Ivo Felixem, Karlem Vágenknechtem, zasloužilým trenérem Jáchymem Bulínem a ústředním trenérem čs. lyžařů Zdeňkem Remsou. Karel Kodejška se na ní setkal také se svými bývalými učitelkami, které na něho vzpomínají jako na dobrého a ukázněného žáka. Po besedě si skokani a trenéři prohlédli přehlé školní hřiště s lehkootletickou drahou, hřištěm na košíkovou a dvěma dvorci na odbíjenou. Při jeho vybudování odpracovala školní mládež, rodiče a učitelé školy 17 000 brigádnických hodin. Lomnická devítiletka má dobrou tělovýchovnou tradici.

VÝSLEDKY ANKETY

Třetího ročníku ankety „Král (královna) bílé stopy 1975“ se zúčastnilo 43 sportovních novinářů, lyžařských trenérů a činovníků, kteří hodnotili první místo 8 body, druhé 5, třetí 3, čtvrté 2 a páté 1 bod. Celkově bylo do ankety zařazeno 13 lyžařů a lyžařek.

Pořadí: 1. Karel Kodejška (ASVS Banská Bystrica) 321 b., 2. Blanka Paulů (Autoškoda Vrchlabí) 142, 3. Milošlav Sochor (ASVS Liberec) 138,5, 4. Dagmar Kuzmanová (UK Bratislava) 136, 5. Stanislav Henych 37, 6. Bohumír Zeman (oba ASVS Dukla Liberec) 10, 7. Anna Droppová (UK Bratislava) 9, 8. Alena Bartošová (Naveta Jablonec) a Rudolf Höhnl (ASVS Liberec) po 6, 10. František Šimon (ASVS Liberec) 5,5 b.

V prvním ročníku ankety zvítězil Rudolf Höhnl, ve druhém Stanislav Henych.

JAROSLAV TROUSIL

DAGMAR KUZMANOVÁ vítězkou Evropského poháru

Osmnáctiletá studentka Dagmar Kuzmanová (UK Bratislava) překvapila lyžařský svět vítězstvím v Evropském poháru ve sjezdových disciplínách a současně získala prvenství v obřím slalomu. Je to pozoruhodný úspěch této mladé závodnice, která vyhrála obří slalomy Evropského poháru ve francouzském Brianconais, ve španělské Sierra Nevadě a ve francouzském Barèges. Třetí byla v italském Piancavallu, čtvrtá ve slalomu v Zakopaném, pátá v této disciplíně ve Vysokých Tatrách a šestá v Piancavallu. V závodech FIS A v rakouském Neukirchenu v obřím slalomu byla pátá a v Oberstdorfu (NSR) šestá.

Další dvě místa v Evropském poháru patřila Rakušankám Martině Ellmerové a Marlies Mathisové. Čtvrtá byla reprezentantka NSR Monika Berweinová, o další místo se dělily při stejném počtu bodů Rakušanky Cornelia Mathisová a Heidi Bauerová.



Dagmar Kuzmanová (vlevo) s Janou Šoltýsovou byly nejúspěšnějšími závodnicemi v 20. ročníku „Goralského klobúku“ v Roháčích

Frenštátská večerní premiéra

Závody ve skoku na můstku P 72 s umělou hmotou o „Pohár osvobození“ 9. a 10. května byly důstojným zakončením oslav 30. výročí osvobození naší vlasti hrdinnou Sovětskou armádou ve Frenštátě pod Radhoštěm a zdařilou premiérou při umělém osvětlení. K úspěchu této sportovní události přispělo krásné jarní počasí a kvalitní účast nejlepších čs. skokanů. Škoda, že pro zranění se nemohl zúčastnit Karel Kodejška a na poslední chvíli telegraficky odřeklo účast pět přihlášených polských závodníků. Přesto již pátečnímu tréninku přihlíželo 1250 platících diváků a v sobotu večer 4500 příznivců tohoto pěkného sportu, mezi nimi i předseda ONV Nový Jičín s. Milan Tomančák, předseda MěstV KŠČ s. Josef Šrámek a zástupci Střední skupiny sovětských vojsk.

V sobotu dopoledne v Parku osvo-

bození ve Frenštátě pod Radhoštěm se konal pietní akt položení věnce k pomníku sovětského poručíka Rožkova, který v květnu 1945 padl při osvobozování města. Při kladení věnce byli všichni účastníci závodu, trenéři, činovníci a členové pořádatelského lyžařského oddílu TJ MEZ Frenštát p. R. Věncem rudých růží položili k památníku zms Jiří Raška a Ivo Felix.

Při večerním závodě se soustředila pozornost na soubor zkušeného Rašky, který je nyní trenérem čs. juniorského družstva, s devatenáctiletým Felixem. Nejdelším skokem 82 m zvítězil zaslouženě stylově dobře skákající Ivo Felix. Třetí místo za Raškou obsadil Jaroslav Sláma. Krásná scenerie osvětleného můstku a frenštátských Horeček znamenala spolu s pěknými sportovními výkony nesporné dojmy účastníků úspěšné večerní

premiéry. Při této příležitosti lyžařský oddíl TJ MEZ Frenštát p. R. byl vyznamenán diplomem vzorného oddílu II. stupně. Je to uznání jeho úspěšné sportovní i politickovýchovné činnosti.

Výsledky Poháru osvobození: 1. Ivo Felix (ASVS Liberec) 227,6 b (82+81 m), 2. Jiří Raška (MEZ Frenštát) 222,5 (80,5+81,5), 3. Jaroslav Sláma (ASVS Liberec) 207,7 (77,5+76,5), 4. Václav Jakoubek (Naveta Jablonec) 200,6 (74+76,5), 5. Leoš Škoda (ASVS Liberec) 198,6 (76,5+76,5), 6. Jozef Lepko (ASVS Banská Bystrica) 193,8 (74+73,5), 7. Karel Vágenknecht 193,6 (74+76,5), 8. Jaroslav Balcar (oba ASVS Liberec) 188,9 (81+80), 9. Karel Morcinek (TŽ Třinec) 182,9 (72+74), 10. Jaroslav Petrák (Naveta Jablonec) 182,7 (71+70,5). Startovalo 35 závodníků, všichni soutěž dokončili. -sed-

Přehled výsledků Evropského poháru žen:

Sjezd v Cervinii 7. prosince 1974: 1. Bracelliová 1:19,17, 2. Elzenbaumerová (obě Itálie) 1:20,41, 3. Schlechterová 1:19,82, 4. Petautschnigová (obě Rakousko) 1:19,90, 5. Planková (Itálie) 1:20,00, 6. Totschnigová (Rakousko) 1:20,20.

Sjezd v Cervinii 8. prosince 1974: 1. Petauschnigová 1:20,07, 2. Elzenbaumerová 1:20,41, 3. Bracelliová 1:20,43, 4. Galvaniová 1:21,92, 5. Fasoliová (obě Itálie) 1:21,93, 6. Rudigierová (Rakousko) 1:22,06.

Slalom ve Flaine 14. prosince 1974: 1. Strixnerová 89,55, 2. Schaffnerová (obě Rakousko) 89,67, 3. Rischová (Lichtenštejnsko) 89,73, 4. Schlechterová 90,30, 5. M. Mathisová 90,34, 6. Vordereggerová (obě Rakousko) 90,65.

Sjezd ve Flaine 15. prosince 1974: 1. Rudigierová 1:44,21, 2. Dirrenová (Svycarsko) 1:44,46, 3. Ellmerová 1:45,37, 4. Mottaová (obě Itálie) 1:46,20, 5. Petauschnigová 1:46,23, 6. Elzenbaumerová 1:46,94.

Sjezd v San Sicario 20. prosince 1974: 1. Rudigierová 1:17,81, 2. Strixnerová 1:18,15, 3. Sölknerová (Rakousko) 1:18,22, 4. Pertusetová (Francie) 1:18,26, 5. Nagumová (Japonsko) 1:18,30, 6. Ellmerová (Rakousko) 1:18,32.

Slalom v San Sicario 21. prosince 1974: 1. Bauerová (Rakousko) 88,59, 2. M. Mathisová 89,12, 3. Sölknerová 89,14, 4. Nagumová 89,22, 5. Okasakiová (Japonsko) 89,67, 6. Couttetová (Francie) 89,78.

Slalom v Les Gets 8. ledna 1975: 1. M. Mathisová (Rakousko) 90,87, 2. Chalvínová (Francie) 92,47, 3. Sackeová (Rakousko) 92,80, 4. Vivetová-Grosová (Francie) 93,15, 5. Berweinová (NSR) 93,21, 6. Bauerová (Rakousko) 94,81.

Obří slalom v Zell am See 13. ledna 1975: 1. C. Mathisová (Rakousko) 1:30,96, 2. Ellmerová 1:31,32, 3. Gattaová (Itálie) 1:31,79, 4. Lorberová (Francie) 1:32,40, 5. Nagumová 1:32,56, 6. Renothová (NSR) 1:32,68.

Sjezd v Bad Gasteinu 18. ledna 1975: 1. Lukasserová (Rakousko) 2:20,42, 2. Blackburnová 2:20,74, 3. Mumfordová (obě USA) 2:22,36, 4. Collombariová (Itálie) 2:22,48, 5. Vordereggerová 2:23,18, 6. Dirrenová 2:24,28.

Slalom v Bad Gasteinu 19. ledna 1975: 1. C. Mathisová 73,21, 2. Vibertiová (Itálie) 73,29, 2. M. Mathisová 74,94, 4. Renothová 75,29, 5. Sölknerová (Rakousko) 75,91, 6. Fasoliová (Itálie) 76,21.

Slalom v Aprice 24. ledna 1975: 1. Arigoniová-Tisotová (Itálie) 85,88, 2. M. Mathisová 87,24, 3. Sölknerová 88,24, 4. Ercolaniová (Itálie) 89,56, 5. Couttelierová (Francie) 89,71, 6. Bracelliová 89,78.

Sjezd v Aprice 25. ledna 1975: 1. Sölknerová 1:55,35, 2. Ellmerová 1:55,67, 3. Rudigierová 1:56,07, 4. Fasoliová 1:56,24, 5. Bracelliová 1:57,00, 6. Hauserová (Rakousko) 1:57,33.

Slalom ve Folgaridě 27. ledna 1975: 1. Mayrová 1:11,48, 2. Berweinová (obě NSR) 1:11,72, 3. M. Mathisová 1:13,05, 4. C. Mathisová 1:13,11, 5. Bauerová 1:13,14, 6. Sölknerová 1:13,31.

Obří slalom ve Folgaridě 28. ledna 1975: 1. Arigoniová-Tisotová 56,17, 2. Ellmerová 56,56, 3. Pertusetová 56,70, 4. Couttetová 56,88, 5. Mayrová 57,18, 6. C. Mathisová 57,64.

Obří slalom ve Folgaridě 29. ledna 1975: 1. Arigoniová-Tisotová 1:03,81, 2. Ellmerová 1:04,18, 3. Berweinová 1:04,83, 4. M. Mathisová 1:05,32, 5. Mayrová 1:05,61, 6. Renothová 1:05,69.

Slalom ve Folgaridě 30. ledna 1975: 1. Berweinová 72,12, 2. M. Mathisová 73,04, 3. Mayrová 73,14, 4. Bauerová 73,83, 5. Arigoniová-Tisotová 73,94, 6. Vordereggerová 73,97.

Obří slalom - 20. ročník Velké ceny Slovenska 22. února 1975 ve Vysokých Tatrách: 1. Droppová (ČSSR) 1:22,04, 2. Konzettová (Lichtenštejnsko) 1:22,35, 3. Gattaová (Itálie) 1:23,40, 4. Deuflová (Rakousko) 1:23,46, 5. Totschnigová 1:23,50, 6. Pertusetová a Sandbergová (Švédsko) obě 1:24,16.

Slalom - 20. ročník Velké ceny Slovenska 23. února 1975 ve Vysokých Tatrách: 1. Behrová 85,55, 2. M. Mathisová 85,74, 3. Soltýsová (ČSSR) 85,80, 4. Sackeová 86,15, 5. Dagmar Kuzmanová (ČSSR) 86,99, 6. Sölknerová 87,39.

Slalom v Zakopaném 24. února 1975: 1. Behrová 102,20, 2. Bauerová 194,13,3. Soltýsová 104,97, 4. Dagmar Kuzmanová 105,21, 5. Zechmeisterová (NSR) 105,70, 6. Sölknerová 105,88.

Obří slalom v Monetier les Bains 6. března 1975: 1. Dagmar Kuzmanová 1:29,28, 2. Couttetová 1:30,20, 3. Peterová (Rakousko) 1:30,99, 4. Pertusetová 1:31,45, 5. Oberholzerová (Svycarsko) 1:31,53, 6. Eberleová (Rakousko) 1:31,10.

Slalom v Sierra Nevadě 14. března 1975: 1. Sacklová (Rakousko) 82,90, 2. Totschnigová 83,54, 3. Zechmeisterová 84,19, 4. Illifeová (Británie) 84,76, 5. Gattaová 84,79, 6. C. Mathisová 85,07, 7. Soltýsová 85,18.

Obří slalom v Sierra Nevadě 15. března 1975: 1. Dagmar Kuzmanová 1:12,97, 2. Totschnigová 1:13,87, 3. Behrová 1:14,14, 4. Sacklová 1:14,16, 5. Couttetová (Francie) 1:14,23, 6. Ellmerová 1:14,50.

Obří slalom v Barèges 20. března 1975: 1. Dagmar Kuzmanová 1:39,48, 2. Hoferová (Itálie) 1:40,52, 3. Eberleová 1:40,69, 4. Peterová 1:41,20, 5. Ellmerová 1:41,56, 6. Totschnigová 1:42,11.

Obří slalom v Pordenone 1. dubna 1975: 1. Nadigová (Svycarsko) 1:29,86, 2. Giordaniová (Itálie) 1:30,17, 3. Dagmar Kuzmanová 1:30,95, 4. Matousová (San Marino) 1:31,00, 5. Jägerová (Svycarsko) 1:31,14, 6. Arigoniová-Tisotová 1:31,26.

Slalom v Pordenone 2. dubna 1975: 1. Giordaniová 102,29, 2. Matousová 104,04, 3. Epplová 104,24, 4. Jägerová 104,54, 5. Berweinová 104,65, 6. Dagmar Kuzmanová 104,76.

Slalom v Mayrhofenu 7. dubna 1975: 1. Debernardová (Francie) 92,65, 2. Giordaniová 92,70, 3. Mandrillonová (Francie) 93,12, 4. Kasererová (Rakousko) 93,35, 5. Mittermaierová (NSR) 93,57, 6. Jägerová 94,62.

Konečné pořadí v Evropském poháru žen: 1. Dagmar Kuzmanová 120 b., 2. Ellmerová 117, 3. Marlies Mathisová 115, 4. Berweinová 100, 5. Cornelia Mathisová a Bauerová po 99, 7. Sölknerová 96, 8. Arigoniová-Tisotová 92, 9. Behrová 83, 10. Sacklová 82. — **Pořadí ve sjezdu:** 1. Rudigierová 74, 2. Bracelliová 48, 3. Petauschnigová 47, 4. Elzenbaumerová (Itálie), 46, 5. Sölknerová 44, 6. Ellmerová 41. **Umístění ve slalomu:** 1. Marlies Mathisová 100, 2. Bauerová 89, 3. Berweinová 81, 4. Sacklová 66, 5. Behrová a Cornelia Mathisová po 65. — **Pořadí v obřím slalomu:** 1. Dagmar Kuzmanová 95, 2. Ellmerová 74, 3. Tisotová 58, 4. Couttetová 46, 5. Lorberová (Francie) 39, 6. Cornelia Mathisová a Totschnigová po 74 b.

Obří slalom v Zell am See 13. ledna 1975: 1. C. Mathisová (Rakousko) 1:30,96, 2. Ellmerová 1:31,32, 3. Gattaová (Itálie) 1:31,79, 4. Lorberová (Francie) 1:32,40, 5. Nagumová 1:32,56, 6. Renothová (NSR) 1:32,68.

Sjezd v Bad Gasteinu 18. ledna 1975: 1. Lukasserová (Rakousko) 2:20,42, 2. Blackburnová 2:20,74, 3. Mumfordová (obě USA) 2:22,36, 4. Collombariová (Itálie) 2:22,48, 5. Vordereggerová 2:23,18, 6. Dirrenová 2:24,28.

Slalom v Bad Gasteinu 19. ledna 1975: 1. C. Mathisová 73,21, 2. Vibertiová (Itálie) 73,29, 2. M. Mathisová 74,94, 4. Renothová 75,29, 5. Sölknerová (Rakousko) 75,91, 6. Fasoliová (Itálie) 76,21.

Slalom v Aprice 24. ledna 1975: 1. Arigoniová-Tisotová (Itálie) 85,88, 2. M. Mathisová 87,24, 3. Sölknerová 88,24, 4. Ercolaniová (Itálie) 89,56, 5. Couttelierová (Francie) 89,71, 6. Bracelliová 89,78.

Sjezd v Aprice 25. ledna 1975: 1. Sölknerová 1:55,35, 2. Ellmerová 1:55,67, 3. Rudigierová 1:56,07, 4. Fasoliová 1:56,24, 5. Bracelliová 1:57,00, 6. Hauserová (Rakousko) 1:57,33.

Slalom ve Folgaridě 27. ledna 1975: 1. Mayrová 1:11,48, 2. Berweinová (obě NSR) 1:11,72, 3. M. Mathisová 1:13,05, 4. C. Mathisová 1:13,11, 5. Bauerová 1:13,14, 6. Sölknerová 1:13,31.

Obří slalom ve Folgaridě 28. ledna 1975: 1. Arigoniová-Tisotová 56,17, 2. Ellmerová 56,56, 3. Pertusetová 56,70, 4. Couttetová 56,88, 5. Mayrová 57,18, 6. C. Mathisová 57,64.

Obří slalom ve Folgaridě 29. ledna 1975: 1. Arigoniová-Tisotová 1:03,81, 2. Ellmerová 1:04,18, 3. Berweinová 1:04,83, 4. M. Mathisová 1:05,32, 5. Mayrová 1:05,61, 6. Renothová 1:05,69.

Slalom ve Folgaridě 30. ledna 1975: 1. Berweinová 72,12, 2. M. Mathisová 73,04, 3. Mayrová 73,14, 4. Bauerová 73,83, 5. Arigoniová-Tisotová 73,94, 6. Vordereggerová 73,97.

Obří slalom - 20. ročník Velké ceny Slovenska 22. února 1975 ve Vysokých Tatrách: 1. Droppová (ČSSR) 1:22,04, 2. Konzettová (Lichtenštejnsko) 1:22,35, 3. Gattaová (Itálie) 1:23,40, 4. Deuflová (Rakousko) 1:23,46, 5. Totschnigová 1:23,50, 6. Pertusetová a Sandbergová (Švédsko) obě 1:24,16.

Slalom - 20. ročník Velké ceny Slovenska 23. února 1975 ve Vysokých Tatrách: 1. Behrová 85,55, 2. M. Mathisová 85,74, 3. Soltýsová (ČSSR) 85,80, 4. Sackeová 86,15, 5. Dagmar Kuzmanová (ČSSR) 86,99, 6. Sölknerová 87,39.

Slalom v Zakopaném 24. února 1975: 1. Behrová 102,20, 2. Bauerová 194,13,3. Soltýsová 104,97, 4. Dagmar Kuzmanová 105,21, 5. Zechmeisterová (NSR) 105,70, 6. Sölknerová 105,88.



František Šimon vede žebříček čs. běžců v sezóně 1974-75

Celostátní žebříčky v běhu na lyžích

Zima nenávratně zmizela a s ní i poslední zbytky sněhu. Byla k lyžařům letos skoupá na sních i dobré počasí, ale přece jen díky obětavosti a velkému přičinění pořadatelů se podařilo uspořádat plný počet celostátních klasifikačních závodů. A tak mohl být opět sestaven žebříček závodníků v běhu na lyžích, který ukazuje nejen vzájemnou výkonnost lyžařů, ale je i přehledem výkonných závodníků.

Všichni běžci a běžkyně nejméně II. výkonnostní třídy měli totiž možnost absolvovat nejméně tři závody ze čtyř CKZ zařazených v kalendáři 1975. Jen na dvou, a to na mistrovství ČSSR byla účast omezena jmenovitou nominací, neboť mistrovství je soutěží přísně výběrovou.

A tak závodníci v době, kdy lyže postavili k zaslouženému odpočinku, mohou se podívat jak v souhrnu všech závodů uplynulé sezóny obstáli a jak jsou na tom v celkové vzájemné výkonnosti. Neznámená to však, že i oni by měli odpočívat i když je k tomu láká letní sluníčko. Nastalo totiž období, kdy by měli zvyšovat svou všeobecnou fyzickou zdatnost, sílu, vy-

trvalost, rychlost a řadu dalších vlastností, které jsou předpokladem dobrých výsledků i na sněhu. Je to pro ně čas nejen k rozjímání nad výkony sezóny 1974-75, ale také doba k dalším předsevzetím, k zlepšení výkonnosti a k propracování tréninkových plánů, které by měly časová zpoždění v příštím roce vylepšit. I trenérům žebříčky ukazují výsledky jejich soustavné práce a měly by být vodítkem pro další postupné cíle jejich svěřenců.

V závěru je uveřejněna i přehledná tabulka pořadí lyžařských oddílů — jak závodníci a závodnice bodovali pro hodnocení oddílů. V souhrnu a na (Pokračování na str. 12)

Z X. kongresu INTERSKI

Po X. kongresu INTERSKI, který zahrnul své účastníky množstvím dojmů a poznatků, bylo potřeba odstupu několika týdnů, aby se mohlo hovořit přesněji a podrobněji o jeho významu. Mám tím na mysli o jeho významu pro výuku lyžování, což byl v podstatě hlavní úkol kongresu.

Po kongresu bylo nutné nejprve texty všech referátů zrevidovat a mnohé z nich znovu přeložit. K jejich zhodnocení bylo nutné je nejen roztrždit a v klidu prostudovat, ale i porovnat je se současnou lyžařskou literaturou příslušné země. Nejzávažnější referáty z kongresu totiž, jak víme, nepodařily ucelené základní informace o určitém tématu, ale pouze doplňovaly předpokládaný okruh znalostí.

Všeobecný význam a úspěch kongresu bylo možno hodnotit bezprostředně, zhodnocení a využití jeho významu pro výuku lyžování v ČSSR nás teprve očekává. Přispějí k tomu i nejbližší čísla Lyžařství jak příspěvky, které se pokusí o souhrnné odborné zhodnocení kongresu, tak zveřejňováním diskuse k této otázce.

V tomto čísle zatím pokračujeme s uveřejňováním jednotlivých zajímavých referátů. Vybrali jsme příspěvek Ekkerharta Ulmricha z NSR o rekreačním významu běhu na lyžích. Současný zájem lyžařů z alpských zemí o běh na lyžích, přecházející mnohdy až v nadšení, se zdá u nás, v zemi s dlouhou a slavnou běžeckou tradicí, někdy až dojemný. Na druhé straně ale, možná, že vy to také tak cítíte, se člověk trochu zastydí, že hodnoty, které máme doma, dostatečně vždy nevyužíváme.

Nechme ale mluvit samotného autora.

Ekkerhart Ulmrich:

BĚH NA LYŽÍCH JAKO REKREAČNÍ SPORT

1. MEZINÁRODNÍ ROZSÍŘENÍ BĚHU NA LYŽÍCH JAKO REKREAČNÍHO SPORTU

V tradičních alpských lyžařských zemích se v poslední době rozvíjí jako rekreační sport (také označovaný jako lidový sport, sport ve volném čase, sport pro každého) sportovní disciplína, na které bylo po dlouhé roky odium, že je to disciplína určená výhradně pro výkonnostní sportovce. Tento vývoj je o to pozoruhodnější, že vznikl tak říkajíc sám od sebe, bez jakýchkoliv oficiálních opatření.

Výkonnostní sport určitě nebyl průkopníkem a silou, která způsobila tento vývoj, protože rekreační běh na lyžích začínal ve formě turistiky na lyžích, která má zcela odlišné poslání než výkonnostní sport. Tento vývoj neovlivňovaly zpočátku také ani lyžařské svazy, ani organizovaná výuka lyžování. Vždyť teprve nyní si začínáme uvědomovat význam, který má běh na lyžích pro pohybovou rekreaci.

Zdá se, že původcem objevení běhu na lyžích jako oblasti sportovní rekreační aktivity byla neorganizovaná skupina starších lidí, které zřejmě nevyhovovaly oficiální sporty, poněvadž neodpovídaly jejím speciálním přáním.

Nad tímto „tichým protestem“ proti oficiálnímu chápání rekreačního sportu je třeba se zamyslet. Jestliže chápeme lyžařství jako výukovou instituci, jejíž nejobecnější a tím i její hodnotu určující zaměření je v oblasti pedagogiky, potom je třeba se ptát, proč je výuka běhu na lyžích a turistiky na běžeckých lyžích v porovnání s alpskými disciplínami v Mezinárodním svazu pro výuku lyžování tak podceňována. Tuto nepřijemnou otázku je třeba položit také proto, poněvadž na druhé straně je v řadě členských států turistika a běh na lyžích tradičním odvětvím rekreačního sportu a přitom se tato skutečnost zřetelně a odpovídajícím způsobem ve výuce lyžování v mezinárodním měřítku neprojevuje.

Nejjednodušší metodou jak řešit takto položenou otázku je: zkoumat běh na lyžích z nejrůznějších hledisek v tom smyslu, co může tento sport rekreačnímu sportovci poskytnout.

2. BĚH NA LYŽÍCH JE SPORT, KTERÉMU SE KAŽDÝ MŮŽE SNADNO NAUČIT

Každý člověk, který umí chodit, si může osvojit v průběhu jednoho dne alespoň v hrubé formě techniku běhu, která mu umožní, i když pomalu a ještě nejistě, pohybovat se po rovině. Běžecké lyže, používané k chůzi a k turistice, nevyžadují výraznějšího vypěstování žádné ze senzomotorických vlastností (např. síly, vytrvalosti, rychlosti). Rovněž tak není předpokladem zvládnout některé

pohybové kvality (např. rytmus a elasticitu pohybu). Již z těchto skutečností vyplývá, že každý, i sportovně zcela nepřipravený člověk, má možnost běh na lyžích pěstovat. Při této lyžařské disciplíně může již od začátku využívat její ražostné stránky, na rozdíl od alpského lyžování, u kterého cesta k pozitivnímu sportovnímu zážitku vede jen přes více nebo méně dlouhý učební proces, jehož trny je možno zjemnit jen důmyslnou výukou.

Turistika na lyžích má, jak ještě ukážeme, jiné zaměření než pouze běhat na lyžích. Z hlediska pohybové rekreace ji nemůžeme považovat za technickou přípravu pro běh na lyžích, nýbrž za disciplínu, která má kromě běhu svoji osobitou hodnotu.

Naučit se běhat na lyžích předpokládá určitou senzomotorickou úroveň výkonnosti a dovednosti: musí se vypěstovat místní i všeobecná svalová vytrvalost a zvládnout dynamická rovnováha. Teprve pak je možno provádět pohyb, který se vyznačuje kvalitami jako pohybový rytmus, harmonie pohybu, elasticita a styl pohybu. Je však nutno výslovně znovu zdůraznit, že pro rekreačního sportovce není nutné, aby zvládl tuto úroveň běhu.

3. BĚH NA LYŽÍCH JAKO SPORT ZAMĚŘENÝ NA ZÍSKÁVÁNÍ ZÁŽITKŮ

Zážitková složka rekreačního běhu na lyžích nespočívá v zážitcích pohybových, ale v „zážitku z okolí“: na běžeckých lyžích je možno libovolně se pohybovat zimní krajinou a poznávat její zážitkovou rozmanitost. Běh na lyžích

**na pomoc
trenerům**

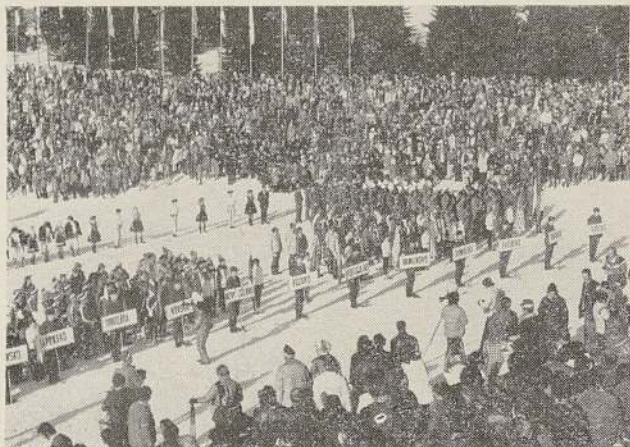
kromě toho, že je možné se mu snadno naučit, má ještě tuto téměř neocenitelnou přednost: jeho „sportovištěm“ je volná příroda, která je v zimě v daleko větším rozsahu přístupná než v létě, protože i její polními kulturami pokrytou plochu je možno zahrnout do akční oblasti rekreačního sportovce. Tento „dar“ především umožňuje pěstovat rekreační běh na lyžích o svátcích a víkendech v rekreační oblasti v blízkosti města. Jako sport pro dovolenou se doporučuje běh na lyžích jako „zážitkový“ sport těm lidem, kteří pocházejí z oblastí vzdálených od sněhu a kteří chtějí pěstovat lyžování nekomplikovaným a finančně ne příliš nákladným způsobem. Skutečnost, že právě v alpských zimních sportovních střediscích často přes 50 % hostů nelyžuje, je závažným upozorněním na skutečnost, že alpské lyžování přichází v úvahu jen pro část lidí z těch, kteří v horách tráví zimní dovolenou. Vinu na tom má skutečnost, že alpská lyžařská technika je spojena s mladistvou radostí z výkonu a z dovednosti. Při výuce lyžování se ještě tato představa podporuje a tak nešikovný lyžař je hodnocen jako ne „plněhodnotný“ sportovec (a tím i člověk), nechceme-li již hovořit o deklasování. Z rozsáhlých průzkumů je známo, že například v NSR je třetina obyvatelstva(!) ráda pěstovala sport, ale nečiní to. Důvod je velmi jednoduchý: strach před společenskou blamáží. K odstranění této překážky by byla velmi vhodná turistika na lyžích. Přitom je téměř jisté, že i alpské lyžování by touto „oklikou“ získalo nové přátele.

4. BĚH NA LYŽÍCH JAKO RODINNÝ SPORT

Má pozorování ve Švýcarsku, v Rakousku a v Německé spolkové republice ukázala, že osamělý lyžař, který hledá ticho přírody, je ojedinělým zjevem. Rekreační běh na lyžích se zjevně pěstuje ve skupinách. A zde se nám naskytá další možnost rekreační činnosti: není mnoho sportovních aktivit, které by mohla celá rodina pěstovat pohromadě. Jistě všichni znáte obrazy skandinávského lyžařského výletu ve volném čase, při němž otec táhne na speciálních saních nejmladšího člena rodiny. I když je rodina přes týden rozdělená, nabízí se zde možnost podniknout ve volném čase skutečnou společnou rodinnou sportovní akci. Přitom by se mělo převzít to, co, pokud já vím, vytvořili australští výkonnostní běžci na dlouhé tratě jako speciální formu tréninku, totiž joggtrott, což je velmi pomalý běh, při kterém se běžec baví s ostatními.

5. BĚH NA LYŽÍCH JAKO SPORT PRO ZDRAVÍ

Všichni jistě znáte heslo „běžci na lyžích žijí déle“, které vzniklo ve Švýcarsku a převzalo je Rakousko a NSR.



Ze slavnostního zahájení X. Interski ve Vysokých Tatrách

Vyjadřuje v první řadě zdravotní hodnotu běhu na lyžích. V začátcích rozvoje rekreačního lyžařského sportu to bylo jistě správné. Avšak při větší účtce k tomu, co toto motto vykonalo pro rozšíření běhu na lyžích, musíme poznamenat, že v současném stadiu vývoje působí toto zaměření spíše jako brzda než jako podpora. Vyhrožovat strachem, že dříve zemře ten, kdo neběhá na lyžích, to určitě není vhodná motivace pro radostnou rekreační činnost. Kromě toho není možné sport, který se dá pěstovat s tak rozličnými cíli, zbavit jeho vlastní pozitivní hodnoty a předkládat jej veřejnosti jako preventivní alternativu medikamentózního předcházení srdečních chorob. Zdravotní hodnotu běhu na lyžích bychom měli vřele přivítat jako chvalyhodný průvodní zjev, nemůže však být hlavním cílem rekreačního sportu. Měli bychom k tomuto rčení přidat jen jedno písmeno a místo „Langläufer leben länger“ (běžci na lyžích déle žijí) říci „Langläufer lieben länger“ (běžci na lyžích déle milují) a tímto milejším způsobem upozornit na běh na lyžích jako na rekreační aktivitu. Tuto žertem míněnou poznámku uvádím jen na okraj. Má pouze zdůraznit zábavnou a radostnou formu rekreačního sportu.

6. BĚH NA LYŽÍCH JAKO SPORT PRO DĚTI

Běh na lyžích je ve své závodní formě výkonnostního sportu svázán pravidly a zbavený fantazie. Tak, jak se provádí závodní běh na lyžích, nemá pro děti žádné kouzlo. Kdyby se prováděl jako slalomový závod na rovině, jako sprint na krátké tratě a jako určitý druh vhodně kombinovaného překážkového běhu, potom by se určitě získalo pro tuto lyžařskou disciplínu více dětí (opačný příklad ze severovýchodních lyžařských zemí platí jen podmíněně, protože tam ne všude mají děti jako druhou možnost výběru alpské lyžování). Jestliže chceme běh na lyžích jako rekreační sport učinit přitažlivý také pro děti pod 10 let, potom musíme nalézt formy cvičení a činností, které odpovídají hravým „rejdům“ dětí. Pomocí pohybové fantazie je možno tento úkol řešit.

7. CÍLE REKREAČNÍHO BĚHU NA LYŽÍCH

Obecné cíle, které se sledují pěstováním rekreačního běhu na lyžích jsou velmi rozdílné a závisí jednak na tom, jaké místo obecně zaujímá sport ve společnosti a jednak na tom, podle jakých neuvědomělých „pravidel“ se řídí činnost ve volném čase. V socialistických zemích je úloha výkonnostního i rekreačního sportu ve společnosti jasně určená a cíle jsou proto ve všech rovinách jednoznačné. V západních zemích je zdánlivě věcí jednotlivce, jak si tento všeobecný cíl určí. Zdání však klame, protože jednak tento jednotlivec podléhá normám myšlení své vlastní společnosti (a ta jednotně ještě před nedávnem tvrdila, že běh na lyžích je výlučně závodní disciplínou) a jednak jsou dokořán otevřené dveře zájmem cizím sportu a cíle se stanoví v souladu s nimi a ne podle přání rekreačního sportovce. S obavami sledujeme například vývoj výroby běžeckých lyží. Trend směřující k lyžím z umělé hmoty vyvolává trvalou obavu, že se již nebudou vyrábět dobré a levné běžecké lyže. Tím by však byl rekreační běh na lyžích zbaven své základny: že si jej totiž nejen každý může osvojit, ale že je také každému přístupný. Dále se projevuje negativní zájem výrobců o lyžařskou běžeckou výzbroj pro děti (to však jistě platí nejen pro NSR), což má samozřejmě nepříznivý vliv na rozvoj tohoto sportu.

Podle mého názoru by se měly obecné cíle stanovit na základě toho, že putování na lyžích si může každý osvojit, že radost způsobená tímto rekreačním sportem není nezbytně podmíněná technickými dovednostmi a že běh na lyžích je sportem, který je možno pěstovat jako „sport pro celý život“. Z toho pro obecné cíle vyplývá:

a) V úvahu se musí brát individuální norma dovedností a ne norma absolutní. Technicky perfektně provedený běžecký krok tedy nemůže být nutným cílem.

b) Příroda, která tvoří sportovní prostředí běžce, se musí vědomě zařadit do obecného cíle jako faktor zážitků.

c) Běh na lyžích není v oblasti rekreačního sportu nutně individuálním sportem. Je třeba podporovat skupinovou turistiku a skupinový běh na lyžích.

d) O čem se ještě nehovořilo — rekreační běh na lyžích je vynikajícím sportem pro ženy a mohl by tak přispět k tomu, aby se čelilo všeobecně podprůměrnému podílu žen ve sportu.

8. ZÁVĚRY PRO VÝUKU LYŽOVÁNÍ

Pokud je mi známo, jsou jako specializovaní učitelé běhu na lyžích školeni pouze dobrovolní cvičitelé a pomocní cvičitelé. Výuka lyžařských cvičitelů z povolání se zaměřuje výhradně na alpské lyžování (přičemž se samozřejmě nemůže zaměřovat chůze a „běh“ po rovině, zařazené v alpském lyžování jako přípravné cvičení pro sjíždění, se zde požadovanou speciální výukou běhu na lyžích). Avšak i kdyby byla mezi cvičiteli výuka lyžařské techniky středem pozornosti, nebylo by to zcela v souladu s našimi cíli. Na rozdíl od alpského lyžování, které není možné pěstovat bez určité úrovně znalostí techniky jízdy, je možno provádět turistiku na lyžích s minimem běžecké techniky. Učitel běhu na lyžích musí být, kromě technických dovedností a znalostí, vyskolen jako jakýsi „tvůrce dobré nálady“, nebo jinými slovy jako rekreační poradce. Musí být schopný při jakémkoli žákově zaměření učinit pro něho běh na lyžích přitažlivý. Děti potřebují jinou motivaci než mládež, ženy jinou než muži a třicetiletí jinou než sedmdesátiletí.

Naš film „Severské lyžování — běh a putování na lyžích“ má za úkol uvést turistiku a běh na lyžích jako sportovní aktivitu, které může rekreační sportovec pěstovat s jiným zaměřením než závodník (hranice jsou samozřejmě pohyblivé) a jejichž jádrem se dá říci, že je: získat zážitky putováním na vlastních nohou. **Dr. JIŘÍ SOUKUP**

Kontrolní měření tělesné připravenosti běžců na lyžích

Průběžné získávání konkrétních údajů o průběhu a výsledcích tréninkového procesu je nezbytným předpokladem úspěšného řízení a modelování tréninku. Význam kontroly tělesné připravenosti v lyžování, zvláště v průběhu oběhů bez sněhu, je dostatečně znám.

Cílem kontroly trénovanosti, jejíž podstatnou součástí v běhu na lyžích je právě tělesná připravenost, je průběžné získávání informací:

— o působení tréninkových vlivů, o změnách trénovanosti v závislosti na tréninkovém období a používaných prostředcích. (Jde o podklady pro hodnocení adekvátnosti tréninku);

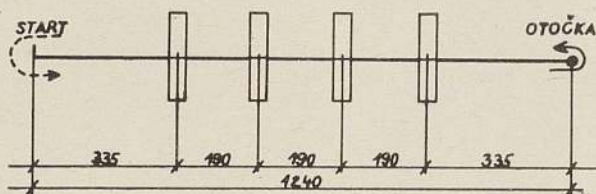
— o výsledcích dlouhodobého sledování změn trénovanosti v souvislosti s výkonností v sezóně. Toto sledování umožní neustále zpřesňovat faktory podílející se na speciální výkonnosti a podle toho volit odpovídající metodu jejich ovlivňování;

— o výsledcích kontrolního měření, které by z hlediska věkových a výkonnostních kategorií měly být východiskem pro stanovení norem ve věkových a výkonnostních etapách a být využity při výběru talentů.

Po zkušenostech a ověřování navrhovaných měření u reprezentačního družstva mužů a českých družstev v běhu na lyžích předkládáme (na návrhu se podíleli trenéři J. Honců, I. Matouš, M. Javorský, M. Hrdinka a další) návrh testové baterie měření tělesné připravenosti běžců na lyžích.

Při volbě cvičení, které nebylo bez problémů, bylo nutno vyjít z existujících poznatků o tělesné připravenosti a respektovat obecné zásady, tzn. vybrat jednoduché pohybové činnosti, použitelné bez předchozího složitějšího motorického nácviku:

OBR. 1



— ze stávajících komplexů zařadit především ta cvičení, která podle současných vědomostí posilují hlavní faktory výkonnosti, přitom celou testovou baterii zjednodušit¹⁾;

— pokusit se sjednotit kontrolní měření i pro věkově a výkonnostně rozdílné kategorie²⁾.

Soubor kontrolních měření je orientován na tyto pohybové vlastnosti:

- vytrvalost dlouhodobou a střednědobou;
- rychlost [jen u žákovské kategorie];
- dynamickou sílu horních a dolních končetin.

1) Opakem může být názor, že přílišné zjednodušení vede k jednostrannému zaměření. Doporučujeme, aby se v praxi jednotlivých trenérů nadále používala i ta kontrolní cvičení (např. kliky, víceskoky, běhy do kopce aj.), která, i když nesplňují požadavky na kritéria testování, jsou vhodná jako tréninkové prostředky.

2) V tomto případě lze patrně očekávat připomínky k délkám tratí u dorostenců a žáků, protože neodpovídají směrnicím o závodění mládeže. Skutečností je, že směrnice o závodění mládeže neodpovídají současné tréninkové praxi.

Byla tu snaha o vytvoření a prověření baterie testů, které by hodnotily speciální tělesnou připravenost, tj. ty pohybové vlastnosti, které přicházejí v úvahu ve vlastní pohybové činnosti při běhu na lyžích. Důsledné splnění tohoto požadavku naráží v období bez sněhu na řadu problémů. Proto je třeba volit taková cvičení, jejichž pohybový obsah se režimem práce a prostorovou strukturou blíží charakteristikám pohybu při běhu na lyžích.

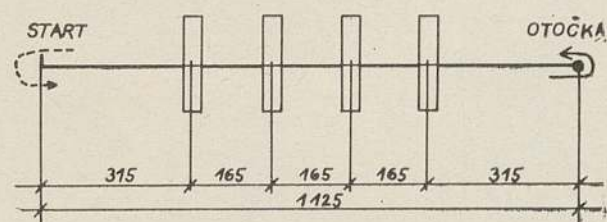
Návrh kontrolních měření tělesné připravenosti běžců na lyžích je uveden v tabulce 1.

Popis a metodika měření:

a) dlouhodobá vytrvalost v terénu — intervalový start, trať v silně zvlněném terénu, nejlépe po standardních běžeckých tratích. Doporučují se tratě tak obtížné, aby časy nejlépejších se pohybovaly okolo 45 min. na 10 km, 23 min. na 5 km, 14—15 min. na 3 km a 9—10 min. na 2 km. Ukazatelem je čas.

b) střednědobá vytrvalost na lehkootletické dráze — je zařazena především pro možnost vzájemného srovnání. Podle pravidel LA. Nepředpokládá se speciálně zaměřená příprava, atletické tretry se nedoporučují. Ukazatelem je čas.

OBR. 2



c) běžecká rychlost na 50 m je zařazena jedině pro žactvo. Má zdůraznit rychlost a všestrannost. Podle pravidel LA, bez treter. Ukazatelem je čas.

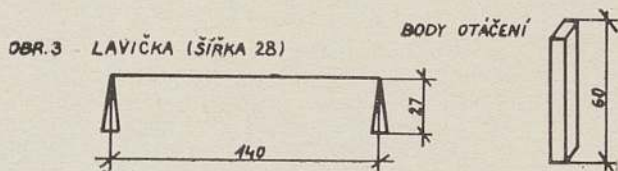
d) dynamická síla dolních končetin — přeběhy laviček — přeběhy střídnož z nohy na nohu, mezi lavičkami vždy na jeden odraz, v bodech otáčení během. Za jeden oběh se považuje dráha ze startu kolem bodu otáčení a zpět na start. Muži, junioři a dorostenci starší mají delší trať (viz obr. 1) a 3×12 přeběhů, ostatní kratší trať a 3×8 přeběhů (obr. 2). Mezi sériemi je přestávka 30 vte-

Tabulka 1 — Kontrolní měření běžců na lyžích

Faktor	Disciplína	Ukazatel	Kategorie					
			muži	junioři	dorostenci starší	dorostenci mladší	žáci starší	žáci mladší
Vytrvalost dlouhodobá	běh v terénu	čas (s)	10 000 m	10 000 m	10 000 m	5 000 m	3 000 m	3 000 m
Vytrvalost střednědobá	běh na dráze	čas (s)	3 000 m	3 000 m	3 000 m	1 500 m	1 500 m	1 500 m
Rychlost	běh na dráze	čas (s)	—	—	—	—	50 m	50 m
Síla dolních konč.	přeběhy laviček	čas (s)	3 × 12	3 × 12	3 × 12	3 × 8	3 × 8	3 × 8
Síla horních konč.	jernbergery	počet	max. počet	max. počet	max. počet	max. počet	max. počet	max. počet
			ženy	juniorčky	dorostenky starší	dorostenky mladší	žákyně starší	žákyně mladší
Vytrvalost dlouhodobá	běh v terénu	čas (s)	5 000 m	5 000 m	5 000 m	3 000 m	2 000 m	2 000 m
Vytrvalost střednědobá	běh na dráze	čas (s)	1 500 m	1 500 m	1 500 m	1 500 m	1 000 m	1 000 m
Rychlost	běh na dráze	čas (s)	—	—	—	—	50 m	50 m
Síla dolních konč.	přeběhy laviček	čas (s)	3 × 8	3 × 8	3 × 8	3 × 8	3 × 8	3 × 8
Síla horních konč.	jernbergery	počet	max. počet	max. počet	max. počet	max. počet	max. počet	max. počet

řin. Ukazatelem je součet časů ze tří sérií. Pozor na klouzávé podlahy, body otáčení (obr. 3) se nejlépe zhotoví z polystyrenu a přilepí na podlahu kobercovou páskou ve vyznačené vzdálenosti (možno měřit 2 osoby na jedné dráze).

e) dynamická síla horních končetin — jernbergý — opakované zvedání ze sedu do stoje pomocí zátahu paží jako při běhu soupažném. Ukazatelem je maximální počet plynule a technicky správně provedených pokusů. Rozměry a konstrukce zařízení na obr. 4.



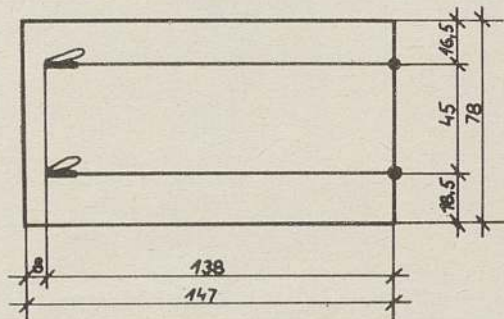
Zařazení kontrolních měření do ročního tréninkového cyklu:

Má-li být kontrola tělesné připravenosti zdrojem informací o průběhu a kvalitě tréninkového procesu a rozvoji pohybových vlastností, je třeba provádět měření vhodně často. Optimální je měření na konci každé části přípravného období (jarní, letní, podzimní a zimní), minimálně v květnu a září.

V hlavním období vytrvalostní disciplíny (běh v terénu a běh na dráze) nahradí běh na lyžích, ale v cvičení pro hodnocení dynamické svalové síly (přeběhy a jernbergý) se pokračuje, podle možnosti na začátku a na konci závodního období.

Jedině při průběžném provádění kontrolních měření se vytvoří podmínky pro to, aby se mohlo hodnotit zaměření tělesné přípravy a rozvoje pohybových vlastností u jednotlivců i trendů pro tréninkové skupiny. Váha informací samozřejmě stoupá při možnosti víceletého srovnání.

OBR. 4 U PROFIL 60 x 40



ORGANIZACE MĚŘENÍ

Kontrolní měření se provádí ve dvou za sebou následujících dnech v tomto pořadí. První den:

- přeběhy laviček
- jernbergý
- sprint (jen pro žáky)
- běh na dráze

Druhý den dopoledne:

- běh v terénu.

Přestávky mezi jednotlivými disciplínami musí být dostatečně dlouhé. Podmínkou správné aplikace kontrolního měření je pozitivní vztah závodníků, přesvědčení o jeho smyslu a snaha po podání nejlepších výkonů. Jedině tak se kontrola tělesné připravenosti může stát nástrojem zkvalitňování tréninku.

Předpokládá se centrální zpracování výsledků nejen od reprezentačních družstev, ale i vrcholových středisek dospělých a mládeže a sportovních tříd. Tím budou k dispozici podklady pro zpracování objektivních norem a bodovacích tabulek.

(Přeběžné normy a tabulky budou zveřejněny příště v další části této informace.)

PhDr. JAROSLAV POTMĚŠIL, FTVS UK Praha

SPORTOVNÍ FORMA

U sportovní výkonnosti můžeme hovořit o dvou kvalitách — trénovanosti a sportovní formě. Obě složky spolu úzce souvisí, ale nemůžeme je ztotožňovat.

Trénovanost je výsledkem dlouhodobého působení tréninkového procesu na všechny funkce organismu sportovce.

Sportovní forma z této trénovanosti vyrůstá, je jakousi její nadstavbou neboli jejím vyšším stupněm.

Sportovní formou rozumíme stav optimální specializované připravenosti sportovce, který mu umožňuje podávat maximální výkon na úrovni příslušného stavu trénovanosti.

Pojem sportovní formy je úzce spjat s výkonnostní kapacitou sportovce. Vyrůstá ze speciální trénovanosti a vyjadřuje schopnost sportovce využívat své výkonnostní kapacity. Jsou v ní obsaženy všechny složky přípravy sportovce a sladění jejich optimálních vztahů.

Vysoká ekonomie jako projev trénovanosti se zde projevuje jako schopnost v maximální míře mobilizovat všechny funkce organismu na úrovni maximálních možností sportovce. Tato schopnost je jednou z nových kvalit sportovní formy.

Pro sportovní formu jsou charakteristické tyto ukazatele:

- maximální ekonomizace funkcí v klidu
- maximální mobilizace pohybových možností
- zvýšená reakce na dávkované zatížení
- fyziologické „stropy“
- vysoká úroveň sportovních výkonů a jejich stabilita v průběhu hlavního období.

Zjišťování sportovní formy, které je důležité pro její udržení, ale i její plánování, je velmi obtížné.

Používá se tří hlavních metod:

1. funkční testování;
2. pedagogické testování;
3. sledování dynamiky sportovního výkonu.

Podle dynamiky sportovní formy se vyskytují čtyři základní varianty jejího průběhu:

1. jednovrcholová,
2. dvouvrcholová — s krátkým poklesem,
3. třívrcholová — s krátkými poklesy,
4. dvouvrcholová — s dlouhodobým poklesem.

Délka udržení sportovní formy u jednovrcholové varianty je 2—3 měsíce. U vícevrcholových variant 3—4 měsíce. Dočasné snížení formy u varianty 2. a 4. vede k prodloužení jejího trvání. Doba k dosažení prvního vrcholu je delší než doba k dosažení vrcholů dalších.

Na průběh sportovní formy mají vliv i vnější faktory, například klimatické podmínky, osobní problémy, nemoc, zranění apod. Tyto faktory jsou často rozhodující.

Nejdůležitější a rozhodující pro vznik sportovní formy je její vyladování. Uskutečňuje se pomocí zaměřovacího tréninku. Zde se výrazně projevují individuální zvláštnosti sportovce. Zjednodušeně se dá říci, že ve vyladovacím tréninku jde o přechod od objemu, od kvantity ke kvalitě (intenzitě) a rozmnožení prostředků umožňujících co nejlépe se přiblížit nárokům, které musí sportovec splnit v soutěži. Starty v soutěžích mají v této fázi tréninku charakter kontroly dynamiky sportovní formy.

Při mnoha diskusích a rozhovorech s trenéry o sportovní formě jsem se zaměřil především na tyto oblasti:

- co si představujete pod pojmem „sportovní forma“
- dosažení sportovní formy
- dynamika sportovní formy
- používané metody k zajištění sportovní formy.

Teorii jsem si ověřoval u různých trenérů, u uznávaných kapacit i u dobře pracujících trenérů mládeže. Názory jednotlivých trenérů na sportovní formu, jakož i na metody dosažení formy byly různé. Pod heslem „sportovní forma“ si většina trenérů představuje období nejlepšího výsledku jejich svěřence. Trvání této formy bývá velice krátké, 10–20 dnů.

Cílem nejzkušenějších trenérů je, aby forma trvala po celé závodní období, pouze její „velikost“, což je pojem relativní, je různá. Je velmi ovlivňována faktory, které právě v běhu na lyžích hrají velice důležitou úlohu. Například po lehkém sedmi až desetidenním onemocnění je zapotřebí k novému nabytí formy 14–20 dnů usilovného tréninku.

Kvalita sněhu je do jisté míry určujícím faktorem výsledku, výzbroj a mazání jsou dalšími faktory, které také ovlivňují do jisté míry objektivní hodnocení formy.

Zajímavé bylo, že názory závodníků byly shodné s názory trenérů. Většina z nich prohlašovala, že měli formu na tom či onom závodě, někteří se domnívali, že ji vůbec za celé závodní období neměli. Většina trenérů a hlavně závodníků ztotožňovala trénovanost a sportovní formu. Otázka sportovní formy byla diskutovanější, všichni považovali za základ sportovní formy vysokou trénovanost, kterou většinou chápou jako fyzickou připravenost.

Názory se různí také na zakončení tréninkové práce v přípravném období a v první části hlavního období (předzávodního). Různé směry je možno rozdělit do tří skupin:

1. Před hlavním obdobím 14–21 dnů aktivního odpočinku. V první části předzávodního období převládá objem a technika (jízda bez holí, jízda v různorodém terénu apod.). Po vyježdění přechod k intenzivnějšímu tréninku.

2. Vystupňování objemu tréninku v závěru přípravného období a pokračování v této tendenci i v předzávodním období. Na jeho konci pak několik intenzivních tréninkových jednotek.

3. Vystupňování intenzity tréninku v závěru přípravného období, které je velmi krátké, a přechod na objem tréninku v předzávodním období, které je zakončeno několika tréninky intenzivního charakteru.

V předzávodním období, mimo skupinu 2, klesá všeobecná trénovanost. Poměr zatížení a odpočinku je různý. U vyspělejších závodníků 3:1, 5:2, 10:3. Tento poměr se mění podle tréninkového období. Většina trenérů zařazuje před „vrcholem sportovní formy“ několik dní aktivního odpočinku (3–7 dní) a těsně před závody ladící trénink vysoké intenzity (2–5 dní).

K udržení sportovní formy používají trenéři většinou objemového tréninku malé intenzity (udržovací). Nejvyspělejší trenéři používají tzv. „mikrocyclů“. V podstatě jde o opakování předcházejícího tréninku ve zkrácené formě (6 tréninkových jednotek objem+technika, 3 tréninkové jednotky intenzivní). Takto udržují formu 2–3 měsíce se 2–3 vrcholy.

Zajímavé byly též názory na odpočinek a trénink před závody. Většina trenérů doporučuje před závody klid, někteří tento postup: dva dny před závody krátký intenzivní trénink, den před závodem lehké rozježdění. Několik trenérů nevylučuje možnost krátkého intenzivního tréninku den před závodem.

Všichni trenéři se shodli na důležitosti důkladného zapracování před závodem. Názory, kdy se zapracovat, lze rozdělit do dvou skupin:

1. Těsně před závodem střední intenzitou.

2. 60–30 minut před závodem malou intenzitou, těsně před závodem malé rozjetí střední až submaximální intenzitou.

Ukazatelem sportovní formy u většiny trenérů byl výsledek v závodě. U některých trenérů pouze v jednom, někteří brali průměr „výkonu“ za sezonu (zpoždění). Pedagogické sledování provádějí jen velmi málo (nedostatek přístupných testů), provádějí vlastní sledování a vyhodnocování podle vlastních zkušeností. Ukazatelem sportovní formy pro některé bývá i změna v technice jízdy lyžaře.

Funkční vyšetření u vyspělých závodníků se uskutečňuje ve spolupráci s lékařem na bicyklovém ergometru, většinou pouze na podzim v rámci pravidelných lékařských prohlídek. Pouze několik oddílů má možnost provádět měření i v některých částech tréninkového cyklu.

V rozhovorech s trenéry jsem přišel na řadu zajímavých otázek, o nichž se ještě mnoho nepsalo a ve kterých se někteří trenéři orientovali pouze na základě vlastních domněnek. Byly to otázky aklimatizace, podávání vitamínů, tréninku přizpůsobeného fyziologickým rytmům, i otázky různých metod tréninku.

Literatura: Zkušenosti z mistrovství světa v lyžování 1970 - Metodický dopis ÚV ČSTV - Fyziologické a biomechanické základy sportovního tréninku [N. N. Jakovlev a kol., STN, Praha, 1962] - Lyžování [J. Čtvrtečka, SPN, Praha, 1971] - Didaktika sportu [M. Choutka, SPN, Praha, 1972] - Materiály z konference socialistických zemí o sportovní formě v Bukurešti - O problémech zdokonalování sportovního tréninku [L. P. Matvejev, Teorie a praxe tělesné výchovy, ročník 1969, č. 9] - Lehkoatletický trénink [J. Vacula a kol., Praha, 1965].

JIRÍ BARTOS

Čs. reprezentační družstva lyžařů

Předsednictvo výboru Svazu lyžování ÚV ČSTV schválilo reprezentační družstva pro novou sezonu 1975–76. Jsou tentokrát rozdělena do dvou skupin. V první z nich jsou kandidáti pro ZOH 1976 v Innsbrucku, ve druhé ostatní členové reprezentačního kolektivu.

Běžci: kandidáti pro ZOH Jiří Beran, Jan Fajstavr, Stanislav Henych, Milan Jarý, František Šimon - šestý člen bude určen 10. prosince. — Další členové reprezentačního družstva: Zdeněk Böhm, Ján Michalko a Jaroslav Saidl. Trenérem družstva je Jaroslav Honců, jeho asistentem Jan Weishäutel.

Běžkyně: kandidátky pro ZOH Ale-na Bartošová, Anna Pasiarová, Blanka

Paulů, Gabriela Sekajová. — Další členky reprezentačního družstva: Helena Bekešová, Marie Brožková, Ludmila Harváňková, Miroslava Jaškovská, Květa Jeriová a Alena Solanská. Trenér Bohouš Rázl, asistent Petr Honzl.

Sáruženáři: kandidáti pro ZOH Josef Pospíšil, František Zeman. — Další členové reprezentačního družstva: Stanislav Buchta, Milan Doležal, Siegfried Holub a Miroslav Kremel. Trenér Josef Kuthel.

Sjezdaři: kandidáti pro ZOH Jan Heczeko, Miloslav Sochor, Bohumír Zeman. — Další členové reprezentačního družstva: Jiří Hoffman, Dušan Po-

rubský, Ivan Sochor, Michal Šoltýs a Josef Vala. Trenér Jan Vedral, asistenti Karel Hampl a ing. Vlastimil Horák.

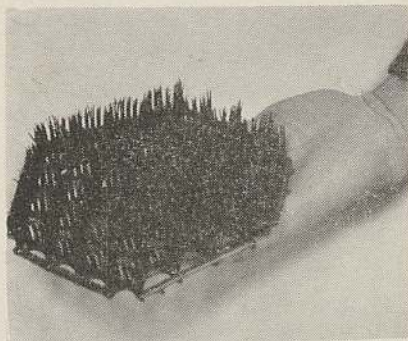
Sjezdařky: kandidátky pro ZOH Anna Droppová, Dagmar Kuzmanová, Jana Šoltýsová. — Další členky reprezentačního družstva: Jana Harvanová, Soňa Kuzmanová a Jana Zemanová. Trenér Ladislav Zacharides, asistent Alexander Egyházy.

Skokani: kandidáti pro ZOH Jindřich Balcar, Ivo Felix, Rudolf Höhn, Karel Kodejška. — Další členové reprezentačního družstva: Emil Babiš, Jaroslav Balcar, Zdeněk Janouch a Břetislav Novák. Trenér Jáchym Bulín, asistent Dalibor Motejlek.

Technické otázky umelých lyžiarskych svahov

Hlavná lyžiarska sezóna sa pomaly končí a bude snáď vhodná úvaha z hľadiska technických možností o jej predĺžení. Technické schopnosti našej spoločnosti dosiahli takú úroveň, že sme schopní predĺžiť umele lyžiarsku sezónu, nezávisle od prírodných podmienok. Okrem schopnosti výroby snehu v zimnom období dokážeme dnes vyrobiť náhradu snehu z hľadiska lyžiarskej funkcie z plastickej látky, ktorá dobre drží stopu, má tiež dostatočné frikčné vlastnosti a tiež je odolná proti vonkajším mechanickým účinkom lyžiara a atmosférickým vplyvom. Umelé lyžiarske svahy z plastickej látky predlžujú lyžiarsku sezónu na celoročnú.

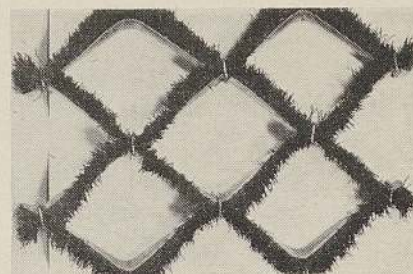
Vzhľadom na cenu takéhoto svahu vystupuje do popredia otázka životnosti. Vyriešiť otázku životnosti prvkov umelého lyžiarskeho svahu — to je problém určený pre technikov, ktorý spočíva vo výbere najvhodnejšieho



Obr. 1

materiálu a tvaru prvkov, z ktorých sa skladá umelý lyžiarsky svah.

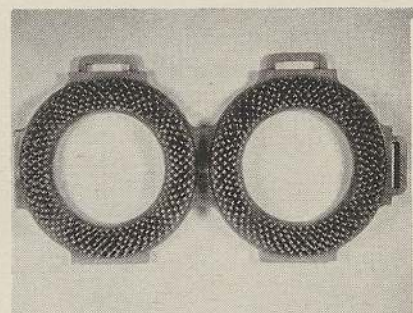
Veľmi dôležitým faktorom z hľadiska lyžovania je tvar samotného prvku umelého lyžiarskeho svahu. Je samozrejme, že jeden tvar nemôže pokryť širokú oblasť použitia od začiatočníkov až po špičkových pretekárov, a to myslíme len na zjazdové lyžovanie. Na obr. 1 je napríklad vzorka lyžiarskeho svahu od talianskej firmy Piste Sole, ktorá je určená pre lyžiarske školy. Pri niektorých druhoch použitia (tiež aj u tohto) je potrebné zohľadniť tiež pri konštrukcii aj predpoklad častejších pádov. V týchto prípadoch sa používajú menšie voľné otvory. Pri tvare je veľmi dôležitá dĺžka štetiniek. Ak sú štetinky na týchto svahoch dlhšie, je plocha mäkšia, čo má za následok vplyv na vedenie stopy a životnosť. Ďalej určité tvary sú vhodné pre dané stúpanie a morfológiu terénu. Na obr. 2 je vzorka talianskej firmy SIT, ktorá sa odporúča klast na svahy s 20 až 30% stúpaním. S určením vhodného stúpania svahu je spojená otázka klzných vlastností lyží na prvkoch z plastickej látky. Tu je rezerva v technológii mazania lyží a výbere najvhodnejšieho mazadla, ktoré negatívne neovplyvňuje na plastickej látku. Z pohľadu hospodárnosti je nutné zaoberať sa životnosťou týchto svahov. Spomením niekoľko parametrov, ktoré majú okrem základných známych činiteľov vplyv na životnosť. Sú to napr. námorská výška svahu, orientácia svahu, morfológia terénu, maximálne výkyvy denných teplôt, maximálne a minimálne teploty počas roka, vlhkosť a podobne. Tiež činiteľom, ktorý má vplyv na životnosť, je farba umelého svahu, čo je pravdaže voli-



Obr. 2

telné. Obyčajne sa používa kombinácia dvoch farieb.

U nás sa vybuďovalo už tiež niekoľko umelých lyžiarskych svahov (Brno, Děčín, Modra...), ktoré používajú základný prvok ako je znázornené na obr. 3. Všetci výrobcovia (Chemoplast Brno, PCHZ Žilina a Nisašport Jablonec n. N.) lisujú jeden typ podobného tvaru štetiniek. Posledný výrobca sa odlišuje iba tvarom základne. Pre použitie v takom širokom rozsahu nemôže byť tento jeden typ postačujúci. Bola by žiadúca spolupráca medzi jednotlivými výrobcami, oľvzdávajúc si skúsenosti, vymedzenie zameranie svojich výrobkov — pre zjazdové lyžovanie, bežecké trate, pod vleky, na skokanské mostíky apod. V súčasnosti rieši Katedra chemických strojov Strojníckej fakulty SVŠT v spolupráci s n. p. Slovaň a



Obr. 3

Celostátní žebříčky v běhu na lyžích

(Pokračování ze str. 6)
výsledcích ukazuje péči lyžařských oddílů o závodníky. Je na oddílech, aby posoudily, zda vynaložená péče je úměrná dosaženým výsledkům.

Žebříčky a hodnocení lyžařských oddílů chtějí být pobídkou a přispívat k soustavnému zvyšování výkonnosti našich závodníků a závodnic. Jistě všichni, kteří pracujeme v lyžování, chceme, aby výsledky našich lyžařů byly co nejlepší.

Žebříček mužů v běhu na lyžích: 1. František Šimon časové zpoždění 0 vt., 2. Jaroslav Saidl (oba Dukla Liberec) 32,7, 3. Miroslav Zuzánek (Naveta Jablonec) 49,1, 4. Milan Jarý 53,3, 5. Jiří Beran (oba Dukla Liberec) 1:01,9, 6. Zdeněk Böhm (VŠ Praha) 1:10,1, 7. Jan Fajstavr (Dukla Liberec) 1:38,3, 8. Ján Brúžik (RH Vysoké Tatry) 1:47,6, 9. Stanislav Řezáč (Dukla Liberec) 2:15,3, 10. Jan Fejkl (Naveta Jablonec) 2:32,4, 11. Štefan Pavlák (RH Vysoké

Tatry) 2:38,0, 12. Jiří Žahourek (Chemie Praha) 2:42,3, 13. Ladislav Jirák (Naveta Jablonec) 2:46,1, 14. Ján Michalko (RH Vysoké Tatry) 2:50,3, 15. Josef Kubica (Dukla Liberec) 2:53,5, 16. Pavel Vojáček (ČZ Strakonice) 3:03,1, 17. Milan Urbanec (VŠ Praha) 3:10,3, 18. František Mach (Naveta Jablonec) 3:13,0, 19. Július Lupták (RH Vysoké Tatry) 3:14,3, 20. Jan Novák (VŠ Praha) 3:17,1, 21. Karel Nývlt - junior 3:24,1, 22. Miroslav Račák (oba Dukla Liberec) - junior 3:25,1, 23. František Schürger (TJ Vysoké Tatry) 3:26,2, 24. Vít Fousek (ČZ Strakonice) 3:27,9, 25. Juraj Kohút 3:29,2, 26. Štefan Bekeš (oba RH Vysoké Tatry) 3:31,4, 27. Josef Langmajer (Naveta Jablonec) 3:35,4, 28. Václav Šír (Autoškoda Vrchlabí) 3:39,4, 29. Jan Buchar (Naveta Jablonec) 3:45,2, 30. Josef Hrubý (Dukla Banská Bystrica) 3:50,4. V žebříčku je klasifikováno 107 běžců, jsou k nahlédnutí v okresních a krajských svazech lyžování.

Žebříček žen: 1. Blanka Paulů (Autoškoda Vrchlabí) 0, 2. Alena Bartošová (Naveta Jablonec) 29,2, 3. Anna Pasiarová (RH Vysoké Tatry) 45,3, 4. Marie Brožková - juniorka 57,5, 5. Helena Šíkolová (obě Naveta Jablonec) 1:02,8, 6. Gabriela Sekajová (Tesla Liptovský Hrádok) 1:10,3, 7. Jaroslava Řezáčová (Ski Jilemnice) 1:25,8, 8. Helena Bekešová (RH Vysoké Tatry) 1:31,1, 9. Iva Drahokoupilová (VŠ Praha) 1:51,5, 10. Ludmila Harváňková - juniorka (Sokol Nové Město na Moravě) 1:58,6, 11. Marie Pfefferová (Chemie Praha) 1:59,9, 13. Táňa Taschová (VŠ Praha) 2:01,4, 14. Viera Leskovianská - dorostenka (Tesla Liptovský Hrádok) 2:09,3, 15. Hana Milušková (Sokol Nové Město na Moravě) 2:13,7, 16. Miroslava Polášková (MEZ Frenštát p. Radh.) 2:14,5, 17. Ludmila Obšilová (Naveta Jablonec) 2:22,5, 18. Dana Procházková (Chemie Praha) 2:24,3, 19. Jana Havlová (VŠ Praha) 2:25,5, 20. Květa Jeriová - juniorka (Sokol Studenec) 2:35,1. V žebříčku žen je klasifikováno 53 běžkyň.

DRUHÝ ROK VEŘEJNÉ LYŽAŘSKÉ ŠKOLY

První stálá veřejná lyžařská škola v ČSR, která působí ve Špindlerově Mlýně, má za sebou druhou sezónu své činnosti. Její bilance za toto období je pozoruhodná a velmi povzbudivá, a to jak po stránce výukové a pedagogické, o kterou se starají příslušné orgány Svazu lyžování ČÚV ČSTV, tak i po stránce provozní a organizační, kterou zajišťuje Ústřední ústav tělesné kultury.

Odpověď na otázky, které jsme si kladli při zavádění této profesionální lyžařské výuky, dávají především ně- která výmluvná čísla z uplynulé sezóny.

Veřejnou lyžařskou školu „absolvovalo“ letos 1026 žáků! To je proti loňské sezóně skok na téměř pětinásobek. Denní průměr cvičících žáků činil téměř 30 — proti loňským 6 žákům. Z uvedeného celkového počtu

žáků bylo plných 516 dětí (od 3 do 15 let), tedy víc než polovina. Z celkového počtu frekventantů byla jen menšina cizinců — celkem 180. Všichni ostatní žáci byli z řad domácích lyžařské veřejnosti. Z tohoto počtu zahraničních žáků jich připadá na návštěvníky ze socialistických zemí 120 (převážně z NDR), z kapitalistických zemí 60. Podíl žáků, kteří se výuky zúčastnili na základě předem uzavřených dohod s organizacemi (především Čedok), činil v této sezóně 160.

Pokud jde o ekonomické výsledky, postačí uvést, že zatímco v předcházející sezóně tržba téměř nepřekročila osobní vydání (odměny cvičitelům, plat ředitele školy) a nestačila pochopitelně pokrýt jiné výdaje dlouhodobého charakteru na zařízení školy, činila letošní tržba i při zvýšeném počtu zapojených cvičitelů téměř dvojnásobek osobních výdajů. Z příjmu školy lze tedy po letošní sezóně už výrazně přispět k amortizaci nákladů na vybavení školy, zařízení půjčovny, dětské lyžařské školy, na propagaci atd. Škola se stala ekonomicky soběstačnou a vytvořila si spolehlivé předpoklady pro soustavné zvyšování své rentability.

Z hlediska celkové stabilizace a také úrovně školy je významné, že se v uplynulé sezóně mohla opřít v podstatě už o stálý kádr cvičitelů. Ve škole působili během této sezóny 3 stálí a 3 dlouhodobí cvičitelé. Jen ve špičkových obdobích vypomáhalo tomuto stálému kadru několik osvědčených krátkodobých, ale přitom rychle mobilizovatelných cvičitelů. Díky svému opakovanému působení na škole získali i tito cvičitelé dostatek zkušeností z této specifické formy cvičitelské práce a dokázali se požadavkům školy celkem úspěšně přizpůsobit. Kladným rysem této nárazové spolupráce s vybraným okruhem příležitostných cvičitelů VLŠ je konečně i to, že právě z tohoto okruhu aktivistů školy vycházejí kandidáti na profesionální cvičitelskou činnost v příštích letech, kdy se budou otvírat další školy tohoto typu.

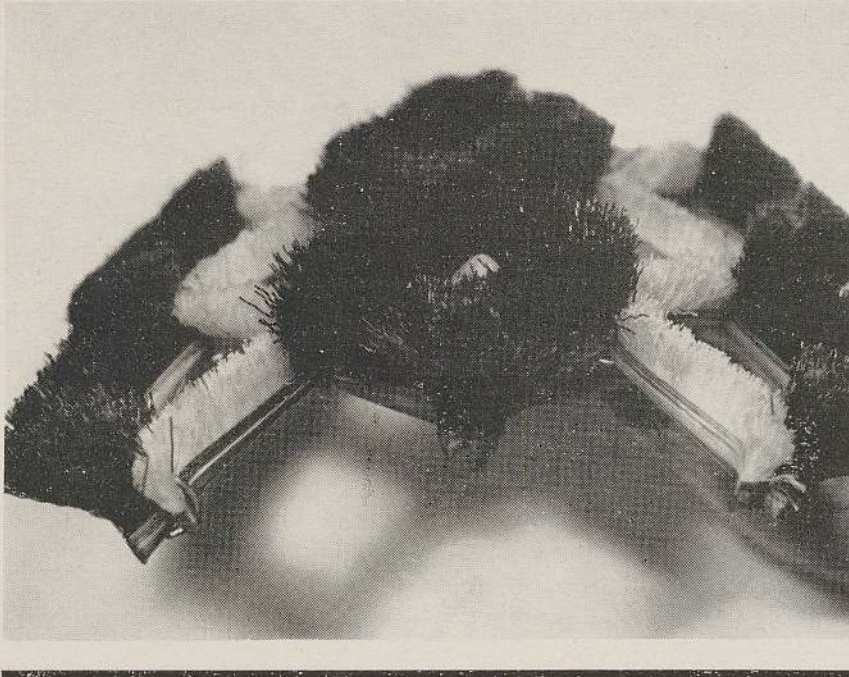
A nyní k tomu, co stojí v pozadí zmíněných údajů. Tyto údaje dávají totiž výmluvnou odpověď na základní otázku, kterou si kladl ne jeden z nás, když jsme přistoupili k budování profesionálního školství, s nímž mají v řadě jiných lyžařsky velmi vyspělých zemí výborné zkušenosti. Šlo o otázku, zda se tato forma u nás ujme, zda jsou pro ni objektivně i subjektivně příznivé předpoklady. Už sama skutečnost, že školou prošlo v uply-

CHZJD problém najoptimálnějšího materiálového zloženia prvkov umelého lyžiarskeho svahu, ostáva len využití dokonale ich výsledky. Doteraz sme hovorili iba o prvkoch umelého lyžiarskeho svahu pre zjazdové lyžovanie. Je veľmi praktické postavenie bežeckých tratí z takýchto prvkov, kde výškou štetiniek je daná stopa. Tieto prvky môžu mať napr. tvar, ako je znázornené na obr. 4.

Vzhľadom na výhody týchto plôch, ktoré nahradzujú snehové, je potrebné venovať im zvýšenú pozornosť. Tieto náhražky majú výhody, ako je možnosť inštalácie v blízkosti veľkých miest a škôl, celoročnú použiteľnosť, homogénnosť povrchu, pri pretekoch na nich sú rovnaké podmienky pre prvého a posledného. Umelé svahy môžu zohrať v príprave našich nádejí veľkú úlohu.

Ing. KAROL JELEMENSKÝ

Obr. 4



Žebříček juniorů: 1. Miroslav Račák 0, 2. Karel Nývlt 16,5, 3. Milan Bárta 34,9, 4. Dalibor Bordovský (všichni Dukla Liberec) 36,3, 5. Josef Pěnička (Ski Jilemnice) 57,0, 6. Jaroslav Kohút - dorostenec (Tesla Lipt. Hrádok) 1:11,8, 7. Oldřich Hakl (Dukla Liberec) 1:12,7, 8. Stanislav Sorger (Tesla Liptovský Hrádok) 1:23,6, 9. Pavel Šimon (Dukla Liberec) 1:25,3, 10. Jiří Suchánek (RH Harrachov) 1:36,3, 11. Marian Čunderlík 2:05,9, 12. Jiří Daniček 2:12,5, 13. Martin Dutka (všichni Dukla Banská Bystrica) 2:20,0, 14. František Košík (Sokol Nové Město na Moravě) 2:23,4, 15. Marian Rábek (RH Vysoké Tatry) 2:25,3. V žebříčku juniorů bylo klasifikováno 43 mladých běžců.

Žebříček juniorek: 1. Marie Brožková (Naveta Jablonec) 0, 2. Miroslava Jaškovská (MEZ Frenštát p. Radh.) 6,7, 3. Květa Jeriová (Sokol Studenec) 35,3, 4. Ludmila Harvánková (Sokol Nové Město na Moravě) 36,5, 5. Terezie Sekajová (RH Vysoké Tatry) 40,7, 6. Viera Leskovianská - dorostenka (Tesla Liptovský Hrádok) 50,0, 7. Iva

Hynková - dorostenka (Lokomotiva Trutnov) 56,4, 8. Věra Mikšlová (Sokol Nové Město na Moravě) 1:04,9, 9. Růžena Šibová (TJ Vysoké Tatry) 1:27,5, 10. Eva Širová (Sokol Horní Branná) 1:51,4. Bylo klasifikováno 28 juniorek.

Pořadí lyžařských oddílů v běhu: 1. RH Vysoké Tatry 3319,20 b. (18 závodníků), 2. Dukla Liberec 3084,65 (15), 3. Naveta Jablonec 2652,95 (14), 4. Chemie Praha 2553,15 (18), 5. VŠ Praha 2183,80 (13), 6. Tesla Liptovský Hrádok 1845,70 (10), 7. Sokol Nové Město na Moravě 1651,30 (9), 8. Dukla Banská Bystrica 1629,70 (9), 9. Ski Jilemnice 1596,10 (10), 10. MEZ Frenštát pod Radh. 1340,15 (8), 11. ČZ Strakonice 1218,25 (7), 12. Ještěd Liberec 1168,25 (8), 13. Lokomotiva Trutnov 1129,80 (7), 14. Stavební fakulta Praha 968,65 (7), 15. RH Harrachov 721,60 (4), 16. Autoškoda Vrchlabí 709,90 (4), 17. Dukla Pardubice 652,65 (5), 18. VŠZ Praha 606,20 (4), 19. Univerzita Brno 598,00 (4), 20. Vimperk 580,95 (4). V žebříčku bylo hodnoceno 38 oddílů.

FRANTIŠEK TABORSKÝ



Obzvláště úspěšná byla v uplynulé sezóně dětská lyžařská školka, kterou prošlo více než 500 dětí. Na snímku ředitel VLŠ Vladimír Paudera řídí lyžařskou hru s míči

nulé sezóně přes tisíc žáků, je pozoruhodná. Jde většinou o absolventy celotýdenního intenzivního výcviku, mezi nimi většinou o začátečníky nebo mírně pokročilé. Tedy přes tisíc neorganizovaných lyžařů, kteří se naučili — i když to vyjádříme skromně — všemu, čeho je zapotřebí ke spolehlivému pohybu na lyžích, základní i náročnější technice zatáčení, pohybu v terénu atd. To pro začátek určitě není málo. Ale ještě pozoruhodnější je podíl dětí, zejména těch nejmenších. Sportovní hodnota jejich výcviku se ještě znásobuje tím, že jde prakticky vesměs o žáky učenlivé, nadšené, nezkažené špatnými návyky, kteří si právě naopak po tomto výcviku odnášejí do celého svého dalšího lyžařského života žádoucí dávku správných návyků a dovedností, které jim umožňují lyžovat lehce a s radostí. Co to znamená pro jejich další lyžařský vývoj, není třeba zvláště rozvádět.

Potvrdila se i plná realnost požadavku, aby služby VLŠ využívala především naše veřejnost, a nikoli jen cizinci, jak to skeptici — ovlivnění snad zcela odlišnou praxí profesionální školy ve Vysokých Tatrách — předpovídali. Ukázalo se, že ačkoli i Špindlerův Mlýn má velkou koncentraci zahraničních návštěvníků, kteří mohou samozřejmě služeb VLŠ plně využívat, byl jejich podíl na celkovém počtu žáků velmi malý.

Povzbudivou odpověď dala uplynulá sezóna i na otázku, zda se najde vhodný způsob, jak informovat veřejnost o existenci a výhodách této lyžařské výuky a jak vlastně získat žádoucí počet žáků v zemi, kde se tato forma lyžařských škol nevížila. Vycházeli jsme po zkušenostech z první sezóny z toho, že je třeba základní počet frekventantů předem organizačně zajistit. To se v letošní sezóně díky velmi dobré spolupráci s domácím ces-

tovním ruchem Čedoku také podařilo. Čedok část své ubytovací kapacity ve Špindlerově Mlýně vyhradil těm, kdo si týdenní pobyt zajistili a také zaplatili zároveň s lyžařskou výukou. Toto partnerství mezi Čedokem a VLŠ se plně osvědčilo nejen po stránce organizační a ekonomické, ale i po stránce lyžařské a výukové, o čemž svědčí zájem a spokojenost absolventů těchto kursů.

Ale tím spíše je potěšitelné to, že ani tato předem zajištěná část frekventantů netvořila většinu žáků VLŠ. Ve skutečnosti se do VLŠ přihlásila převážná většina žáků až přímo na místě a spontánně. A o to právě jde a půjde i v budoucnu: aby alespoň určitá část návštěvníků našich lyžařských středisek, v nichž budou postupně zakládány VLŠ, považovala za užitečné a přirozené využít týdenní lyžařské rekreace, ale případně i jen víkendového pobytu k tomu, aby se pod odborným vedením naučili základům lyžařské techniky nebo se v lyžování zdokonalili. Přitom je částka, kterou žák za výuku zaplatí, v poměru k celkovým nákladům za pobyt ve středisku tak nízká, že tento moment může zájemce spíše povzbudit než odradit.

Ale i když je ctižádostí VLŠ vyvolávat spontánní zájem lyžařské veřejnosti, je plánované a organizované zajištění určitého počtu žáků přece jen spolehlivou zárukou úspěšnosti VLŠ. Na základě tohoto poznatku a také díky dobrým zkušenostem z uplynulé sezóny se Ústřední ústav tělesné kultury dohodl s Čedokem o zvýšení míst pro pobyt s výukou ve VLŠ z dosavadních celkem 25 na 120 (dení průměr) v příští sezóně. K Čedoku se připojí se zhruba 30 místy Sport-Turist a výuku ve VLŠ si pro příští sezónu zajišťují už předem i některé větší závody. Tento zvýšený zájem si už v příští zimě vyžádá otevření dal-

ších VLŠ, především v krkonošské oblasti. Ústřední ústav tělesné kultury počítá s otevřením nových škol např. v Peci, Harrachově, Rokytnici a na nové Labské boudě. Otevřením nových VLŠ se ovšem zvýší i zmíněný spontánní zájem návštěvníků těchto středisek, jehož uspokojení bude i nadále významným úkolem VLŠ.

Bilance minulé sezóny a výhled do nastávajícího období dává zároveň dosti jednoznačnou odpověď i na otázku, kde bude těžiště působnosti VLŠ, vezmeme-li v úvahu, že u nás existuje už tradičně dobrovolné lyžařské školství, jehož nositelem jsou především samy lyžařské oddíly TJ a samozřejmě i vyšší orgány našeho svazu, opírající se o rozsáhlý sbor osvědčených dobrovolných lyžařských cvičitelů. VLŠ budou působit prostě tam, kde se dosavadní formy našeho dobrovolného lyžařského školství mohou projevit jen částečně nebo vůbec ne: přímo v lyžařských střediscích, kde je největší koncentrace neorganizované lyžařské veřejnosti, které je třeba poskytovat lyžařskou výuku trvale, během celé sezóny, každý den, dopoledne i odpoledne. Taková služba vyžaduje stálé a tudíž i profesionální lyžařské učitele. Tuto službu potřebuje neustále rostoucí počet rekreatů a lyžařů, kteří ze své dovolené věnují už zcela běžně jeden týden pobytu v lyžařském středisku a chtějí tento drahocenný čas plně využít k tomu, aby se něčemu na lyžích naučili.

Tuto potřebu široké lyžařské veřejnosti může uspokojit jen stálá lyžařská škola. Kdy budou tyto školy v lyžařských střediscích a také ve vědomí hlavní masy jejich návštěvníků něčím tak samozřejmým jako v mnoha jiných zemích, je jen otázkou času. Pravda, překážek objektivních i subjektivních je někdy víc než dost, ale rozhodně nejsou nepřekonatelné.

Povzbuzením pro všechny, kdo na úseku VLŠ pracují, je zejména také podpora a porozumění ze strany vedoucích pracovníků výboru Svazu lyžování ČÚV ČSTV, ústřední správy tělovýchovných zařízení, Oblastní správy TZ Krkonoše, místních orgánů lidové správy a pracovníků lanovek a ostatních zařízení a institucí, bez jejichž pomoci a spolupráce se stálé veřejné lyžařské školy neobejdou.

Soudruh Jiří Pilař, člen předsednictva VSL ÚV ČSTV, ve svém zásadním úvodním článku v letošním březnovém čísle Lyžařství formuloval myšlenku o potřebě zřízení lyžařských škol přímo v horských střediscích, které budou poskytovat lyžařskou výuku „příchozím“ a přispějí tak ke kvalitnějšímu využití volného času na horách i k získání nových zájemců o soustavnou lyžařskou aktivitu. Tato myšlenka plně vystihuje hlavní cíl, který budováním VLŠ sledujeme.

Ing. PAVEL BORSKÝ
předseda komise veřejných lyžařských škol ČÚV ČSTV



Skupina slovenských bežců na zájezdu v Itálii před hotelem ve středisku Cogne

Slovenskí bežci v Taliansku

chal Šiarnik, vedúcim a trénerom byl Ludovít Hrnčiar. V tejto malej výprave chýbali pretekári ČH Štrbské Pleso, ktorí v tomto čase boli na lyžiarskych pretekoch v ZSSR. Preto bola daná možnosť štartu starším dorastencom, ktorí štartovali v kategórii juniorov.

Usporiadatelia mali pôvodne úmysel usporiadať preteky v lyžiarskom stredisku Elroubles, pre nedostatok snehu vytýčili trate vo vyšších polohách. Lyžiarske stredisko Cogne (nadm. v. 1534 m), do ktorého je prístup z Aosty len po ceste, je lemované zo všetkých strán vysokými kopcami, mnohé sú pokryté ľadovcami, ako napr. Gran Paradiso (4061 m). Poskytuje možnosť vykonávať zjazdové i bežekové lyžovanie. Okrem vlekov a zjazdoviek majú skromné, ale praktické technické vybavenie na úpravu bežekových tratí. Vlastníkom týchto zariadení je športový klub v Cogne a lyžiarska škola Gran Paradiso.

Trať na 15 km se skladala z dvoch okruhov, v ktorom sa striedali v prvej časti mierne zjazdy a výstupy, členejšie úseky boli len v druhej časti. Podobná bola trať juniorov na 10 km (2x5 km), na ktorej sa behali aj štafety. Sneh bol premrznutý, pri teplote -6°C . Na štarte boli aj niektorí členovia národných družstiev Talianska, Francúzska a Švajčiarska.

Výsledky v behu na 15 km: 1. C. Favre 43:48,08, 2. F. Zenoni 44:25,08, 3. C. Gubetta (všetci Taliansko) 44:26,08, — 14. F. Schürger 45:29,05, 23. B. Valent 47:19,06. — Juniori 10 km: 1. S. Favre 33:08,00, 2. R. Barrel 33:13,04, 3. W. Jordaney (všetci Taliansko) 33:31,03. — 5. S. Sorger 34:09,00, 11. M. Šiarnik 34:47,00, 17. M. Húska 36:07,07.

Štafety 3x10 km: 1. Taliansko A 1:33:09,2, 2. Taliansko B, 3. Švajčiarsko, 6. ČSSR (Valent, Schürger, Sorger) 1:37:12,1, 10. komb. štafeta ČSSR — Poľsko.

Boli sme prekvapení veľkým záujmom početného obecnstva, ktoré pozbužovalo všetkých — bez rozdielu národnosti a výkonnosti. Všetci štartujúci boli odmenení hodnotnými cenami a na záver upomienkové darčeky dostali aj vedúci a tréneri jednotlivých výprav. Usporiadatelia pripravili hodnotný kultúrny program, dvakrát sme sa zúčastnili na premietaní lyžiarskych filmov, ďalej to bola prehliadka lyžiarskych zariadení a výstup lanovkou na Moncuc (nadm. v. 2100 m), návšteva lyžiarskej školy a posledný večer vystúpila tamojšia folklórna skupina s hodnotným programom.

LUDOVÍT HRNČIAR

Na pozvanie Robotníckeho lyžiarskeho zväzu Talianska (UISP) sa zúčastnilo družstvo bežcov SSR v dňoch 22.—23. februára lyžiarskych pretekov Coppa Consiglio Valle d'Aosta v stredisku Cogne. Štartovalo pod hlavičkou ČSSR B v tomto zložení: muži František Schürger, Bohuslav Valent, junior Stanislav Sorger, starší dorastenci Miloslav Húska a Mi-

K. PAWLICA A D. KUZMANOVÁ VÍŤEZI „GORALSKÉHO KLOBÚKU“

Tělovýchovná jednota Roháče - Zuberec uspořádala 10. května 20. ročník mezinárodních závodů v obřím slalomu o „Goralský klobúk“ v rámci oslav 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou. Startující sportovním zápolením vzdali hold padlým partyzánům, bojovníkům za naši dnešní svobodu.

I tentokrát organizátoři závody v romantické krajině Roháčů pečlivě připravili. Vítězství si vybojovali Polák Krzysztof Pawlica a držitelka Evropského poháru Dagmar Kuzmanová. V soutěži dorostu patřilo prvenství J. Gažíkovi a Polce M. Michalské. Trať mužů měřila 1220 m s výškovým rozdílem 300 m a 65 brankami, trať žen 1080 m s výškovým rozdílem 300 m a 42 brankami. Dorostenci a dorostenky jeli na stejné trati.

Dorostenci: 1. J. Gažík (Jasná) 1:32,36, 2. Z. Reitmayer (Slovan Vysoké Tatry) 1:32,49, 3. J. Žila (Mostár Brezno) 1:33,26, 4. J. Ladvák (ZSNP Žiar) 1:35,85, 5. M. Bobrovský (Strojár Martin) 1:36,13.

Muži: 1. K. Pawlica 1:24,70, 2. K. Trzesniak (oba Polsko) 1:25,33, 3. J.

Heczko (Dukla Ban. Bystrica) 1:26,44, 4. T. Gurský (UK Bratislava) 1:27,42, 5. J. Garstka (Štart Kežmarok) 1:28,86, 6. J. Kočan 1:29,00, 7. J. Soumar (oba Dukla Ban. Bystrica) 1:29,58, 8. J. Navrátil (TŽ Třinec) 1:30,34, 9. J. Mikuláš (Jasná) 1:30,40, 10. M. Šlachta (UK Bratislava) 1:31,04.

Dorostenky: 1. M. Michalská (Poľsko) 1:16,21, 2. D. Dvoršťáková (RH

Ban. Bystrica) 1:17,52, 3. T. Navrátilková (TŽ Třinec) 1:18,03, 4. Z. Zemková (SMF Žilina) 1:20,93, 5. D. Lopušná (Mostár Brezno) 1:21,14.

Ženy: 1. D. Kuzmanová 1:11,42, 2. J. Šoltýsová (obě ČSSR) 1:13,16, 3. M. Pietoňová (Poľsko) 1:14,33, 4. J. Zemanová 1:14,80, 5. J. Harvanová (obě ČSSR) 1:14,82, 6. A. Grzegotková (Poľsko) 1:15,83.



Pochod závodníků v romantické krajině Roháčů ke startu závodu o Goralský klobúk

Výcvik lyžařských cvičitelů

PROGRAM ZOH 1976

Úsek sportovního lyžování výboru Svazu lyžování MV ČSTV v Praze uspořádal v březnu ve Vrátné v Malé Fatře dva týdenní běhy výcviku lyžařských instruktorů a vedoucích zimních pionýrských táborů i rekreačních turnusů ROH. K tomuto kroku přistoupil pražský lyžařský svaz veden nutností sjednotit teorii i praxi výuky lyžování, jelikož úroveň některých lyžařských kursů pořádaných ZV ROH bývá často velmi špatná a někdy má dokonce i negativní následky.

Trvalo dosti dlouho, než si pracovníci pražských odborových orgánů uvědomili, co pro ně nabídka lyžařského kursu znamená. Již třetím rokem mohly závodní výbory vyslat své lyžařské cvičitele na tato tolik prospěšná školení. Je škoda, že ze strany odborů nebylo možno zajistit konání kursů v některé z četných odborářských zotavoven nebo podnikových chat pražských závodů, pro které se tyto kursy pořádají. Proto bylo nutno uskutečnit kurs v hotelu ve Vrátné, jehož zájem samozřejmě není podpora tělovýchovy. Bylo to patrné jak na nákladech za stravování a ubytování, tak v nemilodrných cenách sedačkové lanovky, značně vyšších než například lanovky ve Špindlerově Mlýně. Lanovka ve Vrátné patří totiž též hotelům. Je otázkou, zda je vhodné vydělavat právě v této oblasti sportu. Přitom provozovatele vleků a lanovek mnoho nezajímá stav a úprava sjezdovek a lyžařských terénů pro širokou sportovní veřejnost, což by mělo být jejich povinností.

Jinak bylo místo kursu voleno velmi vhodně. I když dole ve Vrátné dolině (750 m) nebyl téměř sníh, po výjezdu lanovkou na Snilovské sedlo (1500 m) mezi Chlebem (1647) a Velkým Fatranským Kriváněm (1709) se naskytly ideální lyžařské podmínky. Blízko sebe navazují jak terény pro úplné začátečníky s bezpečným dojezdem do protisvahu, tak i velmi náročné příkré sjezdovky.

Výcvik se konal většinou za nepříznivých povětrnostních podmínek — v husté mlze, dešti, vánici, v hlubokém sněhu i na ledě, takže frekventanti si mohli „na vlastní kůži“ ověřit teoretické poznatky o problematice pobytu na horách. Obdobná úroveň kursu byla dána vysokou kvalifikací přednášejících, cvičitelů I. třídy v čele s předsedou úseku sportovního lyžování v Praze ing. Václavem Paličkou. Velmi důkladná praktická výuka na sněhu zakončená náročnými praktickými zkouškami byla doplňována odbornými přednáškami, zaměřenými jak na techniku a výuku lyžování, tak na bezpečný pobyt na horách. Náplň výcviku byla orientována hlavně na práci s dětmi v zimních pionýrských táborech, ale i na kursy dospělých.

Lektory mnoha nejrůznějších školení by jistě záviděli přednášejícím v tomto kursu — například Jardovi Škaloudovi — pozornost i vděčnost posluchačů, kteří si dělali podrobné poznámky a snažili se, aby jim neuniklo ani slovo. Přitom se přednášky často protáhly i do pozdních večerních hodin. To platí i o výuce na sněhu. Celý kolektiv cvičitelů dokázal vytvořit z družstev dobré party, v nichž nebyla nouze o dobrou náladu. Obdiv patří především „nezničitelnému“ Josefu Křížovi, jehož technika jízdy, po-

hyblivost i osobní vystupování zdaleka nepřipomíná seniora cvičitelského sboru.

Školení lyžařských cvičitelů podstatně přispělo ke zvýšení úrovně odborného vedení účastníků zimních pionýrských táborů a rekreačních ROH. Tak rozsáhlou tematiku však nelze vyčerpat v jednorázovém týdenním kursu. Lyžařský svaz ve spolupráci s příslušnými odborovými orgány by měl vypracovat systém péče o další růst cvičitelů a školení dalších kádrů. Odborové orgány by měly kladně odpovídat na iniciativu pražského svazu lyžování a pokračovat ve spolupráci při výchově kvalitních a všestranně připravených cvičitelů pro odborářskou tělovýchovu. Tak by se skoncovalo se živelností při výběru instruktorů a vedoucích lyžařských zájezdů v některých pražských závodech.

Závazek pražského úseku sportovního lyžování k 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou, splněný letošními dvěma běhy kursu lyžařských cvičitelů, je výrazným krokem v této oblasti. Je to také jedna z cest naplnění závěrů XIV. sjezdu KSČ, týkajících se zintenzivnění rozvoje masové tělovýchovy. Stálo by za úvahu přesunout termín jarních prázdnin na přelom února a března, aby dětem byl umožněn lyžařský výcvik i v objektech v nižších horských polohách, kde později už nebývá sníh. Bylo by také vhodné stanovit pro Prahu dva termíny jarních prázdnin, aby se na horách vystřídal co nejvíce dětí.

VLADIMÍR PŘIBYL

Tréninkové středisko mládeže ve Vimperku

Tréninkové středisko mládeže v lyžování bylo slavnostně otevřeno 26. května při TJ Šumavan Vimperk předsedou OV ČSTV Prachatice a předsedou MěstNV ve Vimperku Janem Teimlem. Stalo se tak na schůzi lyžařského oddílu Šumavanu Vimperk, na níž za účasti 160 členů a příznivců byla zhodnocena úspěšná uplynulá sezóna 1974—75. Velmi dobrá a cílevědomá práce kvalitního trenérského kolektivu, podpora rodičů žáků sportovních tříd a pomoc stranických a státních orgánů znamenaly pozoruhodný výkonnostní růst ve všech žakovských kategoriích. Výbor lyžařského oddílu právem ocenil záslužnou trenérskou práci Karla Hudečka, Milady Chvostové, Milana Hrdinky, Michaely Chánové, Františka Dolejšího, Františka Lávičky, Františka Ryšavého, Břetislava Krále, Vlastimila Šartnera a Jiřího Pána.

Vimperk se stal centrem žakovského lyžování, které se v uplynulé sezóně mohlo pochlubit pozoruhodným růstem výkonnosti. Investované finanční prostředky a značné časové nároky na tréninkovou práci nebyly zbytečné. Diplomů a dáreků byli odměněni nejúspěšnější členové oddílu: Zdeňka Pernekrová a Milada Chvalová v žakovské kategorii do 10 let, Vladislava Zemanová a Pavel Vrtílka z mladšího žactva, Marie Pernekrová a Petr Kopnický ze staršího žactva, Lenka Kollerová a Vladimír Myslík v kategorii mladšího dorostu a z dospělých Jan Beran.

Politicko-výchovná komise lyžařského oddílu při slavnostní schůzi oddílu připravila pěknou výstavku trofejí a fotografií z letošní úspěšné sezóny. Celá akce potvrdila, že ve Vimperku je o úspěšnou budoucnost lyžování na Šumavě dobře postaráno.

K. H.

XII. zimní olympijské hry 1976 budou slavnostně zahájeny na zimním stadionu v Innsbrucku ve středu 4. února ve 14.30 hod. Je již podrobně stanovený program všech olympijských soutěží.

Pořad lyžařských závodů zahajuje ve čtvrtek 5. února běh mužů na 30 km. Ve 12.30 hod. bude odstartován sjezd mužů. V pátek 6. února se koná závod jednotlivců v biatlonu na 20 km. V sobotu 7. února v 10 hod. bude odstartován běh žen na 5 km a závod ve skoku na středním můstku je ve 13 hod. V neděli 8. února pokračují klasické disciplíny během mužů na 15 km v 9 hod. a skoky pro závod sdružený ve 13 hod., alpské disciplíny mají na pořadu sjezd žen ve 12.30 hod. V pondělí 9. února v 9 hod. je běh na 15 km pro závod sdružený a ve 12.30 hod. první kolo obřího slalomu mužů. V úterý 10. února je běh žen na 10 km se startem v 9.30 hod. a ve 12.30 hod. druhé kolo obřího slalomu mužů. Ve středu 11. února budou muži bojovat o olympijské medaile ve štafetách na 4×10 km a ženy mají slalom v 11.30 hod. Ve čtvrtek 12. února v 9 hod. je štafeta žen na 4×5 km. V pátek 13. února jsou v 10 hod. štafety biatlonistů a ve 12.30 hod. obří slalom žen. V sobotu 14. února pokračují ZOH v 8.30 hod. během mužů na 50 km a v 10 hod. slalomem mužů. V neděli program lyžařských soutěží zakončí závod ve skoku na velkém můstku ve 13 hod., slavnostní závěr ZOH je ve 20 hod.

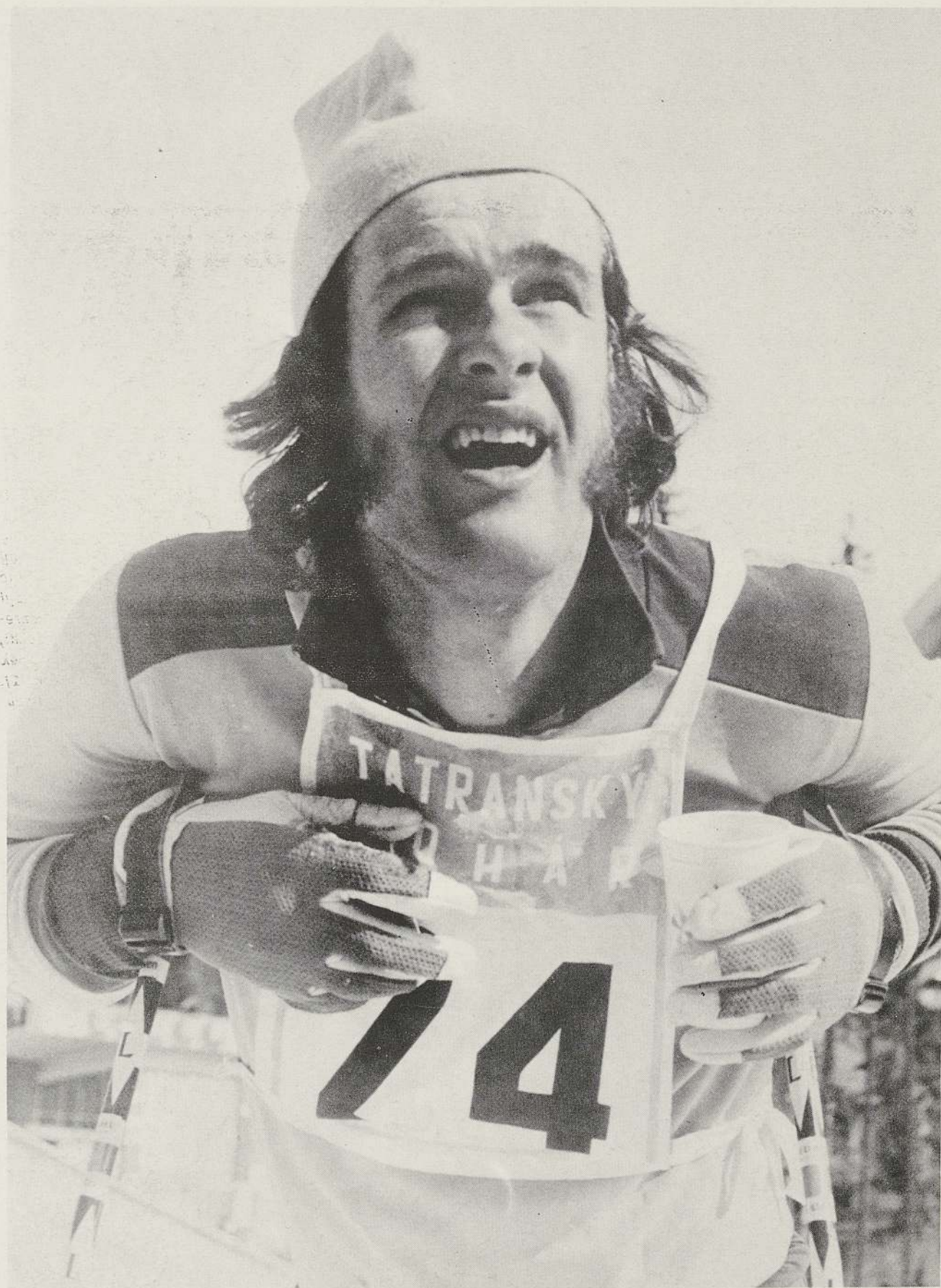
Snímky na první, třetí a čtvrté straně obálky Jaroslav Trousil, na druhé straně Zdeněk Hlačka a Miroslav Hlavinka. — Fotografie uvnitř měsíčníku: ing. Pavel Borský, Ludovít Hrnčiar, ing. Karel Jelemenský, Jiří Macht, Saša Rabenseifnerová, Jaroslav Trousil a dr. Miroslav Zálesák.



CHIBINSKÉ JARO V ZÁVĚJÍCH

K posledním mezinárodním závodům v klasických disciplínách patřilo „Chibinské jaro“ v sovětském Kirovsku za polárním kruhem. Ve dnech 12. a 13. dubna zde malá čs. výprava zažila vánici, jaká nebývá ani uprostřed zimy v horách. V ulicích města byly dvoumetrové závěje a nemohl se konat druhý závod ve skoku. Z šesti čs. závodníků si nejlépe vedl F. Zeman, který v silné konkurenci v závodě sdruženém vybojoval bronzovou medaili. Ze skokanů byl nejlepší I. Felix, který skončil patnáctý. Zastávky v Moskvě využili čs. reprezentanti k prohlídce města. Na Rudém náměstí zleva S. Buchta, J. Pospíšil, F. Zeman, trenér J. Kutheil, Jar. Balcar, Jindřich Balcar a I. Felix (obrázek č. 2). František Zeman skončil v soutěži 39 sdruženářů třetí (obrázek č. 1). Josef Pospíšil na trati 15 km běhu, v němž byl pátý (obrázek č. 3). Dvoumetrové závěje na ulicích v Kirovsku (obrázek č. 4).



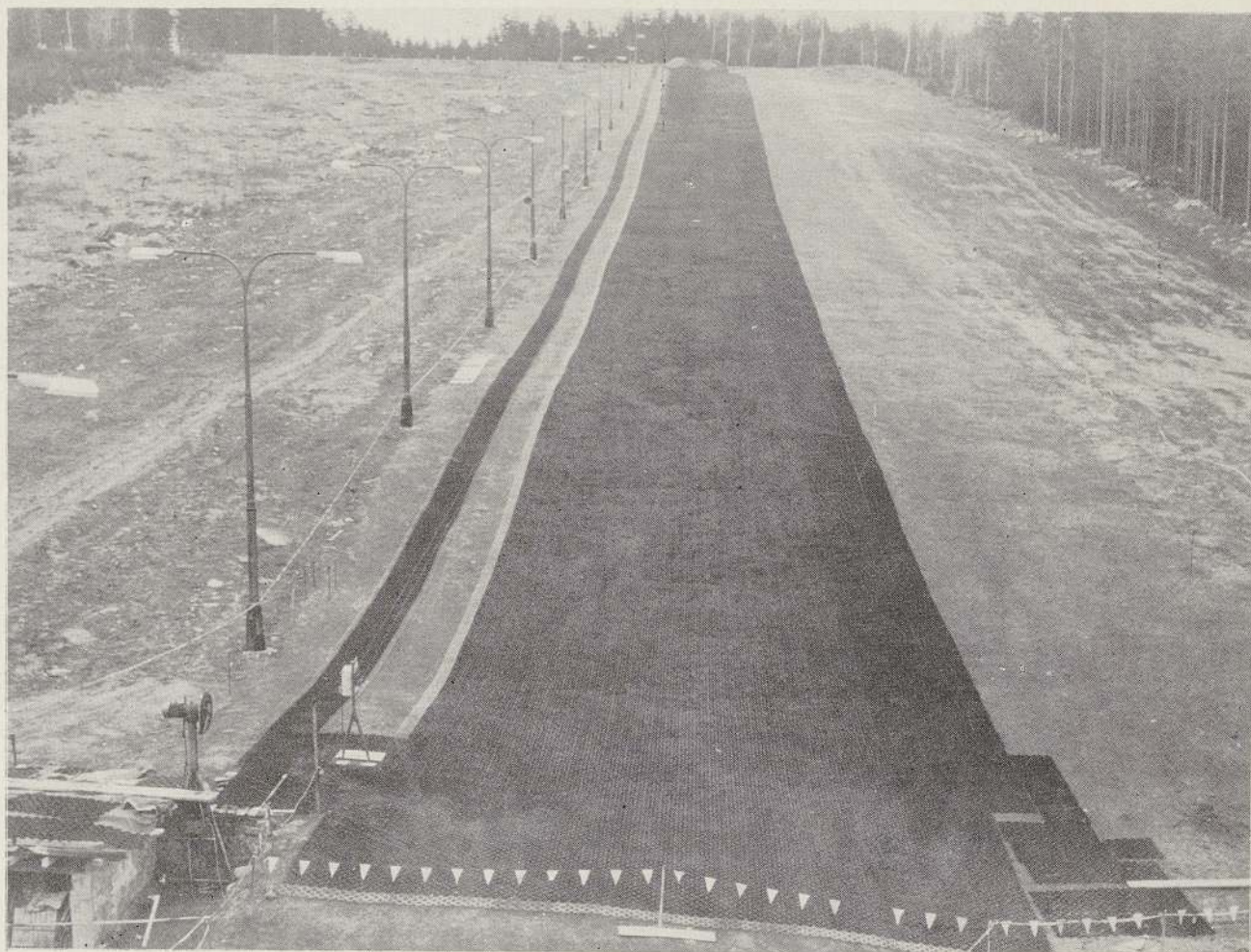


lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ SRPEN 1975 ♦ Kčs 3,—

8





Umělá hmota pomáhá v přípravě

Umělá hmota v přípravném období stále více pomáhá ke zkvalitňování tělovýchovného procesu. Dokladem toho jsou stále přibývající lyžařské svahy s kartáči z umělé hmoty, umožňující celoroční trénink na lyžích. Jedním z nich je lyžařský svah v Jablonci nad Nisou, vybudovaný v akci „Z“ městského národního výboru. Je dlouhý 280 m s průměrným sklonem $13\frac{1}{2}^{\circ}$. Šířka položeného koberce je 17 m. Svah je vybaven umělým osvětlením, lyžařským vlekem, budovou s klubovou místností, sociálním zařízením a dalším příslušenstvím. Na druhém obrázku Milan Švitorka z liberecké Dukly v plné jízdě, který v letošním paralelním slalomu na tomto svahu obsadil druhé místo za Pančochou z Techniky Brno.

Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

DO NOVĚ SEZÓNY
ZOH 1976

NEUVĚŘITELNÉ
LYŽAŘSKÉ SJEZDY

Z ČINNOSTI
SPORTOVNÍCH TŘÍD

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY ŠVÝCAR
WALTER STEINER, KTERÝ PATŘÍ
MEZI NEJVÁŽNĚJŠÍ UCHAZEČE O
OLYMPIJSKÉ MEDAILE VE SKOKU
NA VELKÉM MŮSTKU NA ZOH 1976
V INNSBRUCKU. PO SVĚM ZRANĚNÍ
NA ZAČÁTKU SEZÓNY SE BRZY ZA-
SE DOSTAL DO FORMY A ZVÍTĚZIL
TAKÉ NA X. TATRANSKÉM POHÁRU.
— NA ZADNÍ STRANĚ PAVEL JULI-
NEK, KTERÝ PATŘÍ K ČS. NADĚJÍM
VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH A
ZVÍTĚZIL V OBŘÍM SLALOMU O CE-
NU ŘETĚZÁREN V JESENÍKÁCH

lyžařství

Ročník 61

Číslo 8

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janeček. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eidipes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršák, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskářské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávkou přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 4. července 1975.

Číslo Indexu ČUTI 48 813

Sezóna 1974-75 přípravou na ZOH 1976

Českoslovenští lyžařští reprezentanti vstupují do závěrečné části přípravy na zimní olympijské hry 1976, které se uskuteční již za šest měsíců v rakouském Innsbrucku. Je proto zajímavé poohlédnout se ještě zpět a zhodnotit minulé závodní období, které ukázalo současný stav výkonnosti našich reprezentantů a jejich předpoklady a vyhlídky na umístění v této světové soutěži. Všechna družstva vyzkoušela v sezóně 1974-75 modely přípravy pro ZOH, které byly na společném zasedání s komisí oddělení vrcholového sportu ÚV ČSTV přehodnoceny a s konečnou platností zpracovány pro finální přípravu.

Uplynulá sezóna byla pro čs. lyžaře prakticky přípravným obdobím pro ZOH 1976, ve kterém měla jejich výkonnost kulminovat podle modelu přípravy na předolympijských hráčích v Seefeldu. Jedině skokani měli v této sezóně mimo předolympijské závody ještě mistrovství světa v letech na lyžích. Ti měli úspěšnou sezónu hlavně zásluhou zasloužilého mistra sportu Karla Kodejšky, který po výběrných výsledcích na Intersportturné a Spartakiádě sprátených armád se stal mistrem světa v letech na lyžích pro rok 1975. Skokani nesplnili plánované výsledky na předolympijských hráčích v Seefeldu. Soutěž se uskutečnila na starém můstku, který nejen že byl špatně upraven, ale i profil zůstal stejný jako při ZOH 1964. Pořadatelé nedodrželi slib a můstek do doby konání tohoto závodu nepřestavěli tak, jak jim komise pro výstavbu můstků FIS doporučila. Tato skutečnost se také odrazila na výkonech československých i ostatních zahraničních skokanů mimo družstvo Rakouska, které na tomto můstku v sezóně trénovalo.

Naše družstvo skokanů bylo v minulé sezóně značně omlazeno a zatím se opírá o výsledky starších zkušených závodníků Kodejšky, Höhlna a Jindry Balcara. V druhé polovině závodního období se dostal do dobré formy i mladý Ivo Felix. To jsou v podstatě závodníci, na kterých bude ležet odpovědnost reprezentace čs. skokanského sportu na ZOH 1976. V týmu jsou však další mladí, kteří se mohou již v příštím roce přiblížit světové špičce. To dokázali např. na začátku minulé sezóny Břetislav Novák a Emil Babiš. Uplynulé období přineslo v této disciplíně zásluhou rakouských skokanů zvrát ve výbroji, výstroji a mazání lyží. V průběhu sezóny se naše družstvo dokázalo přizpůsobit těmto novinkám. Botana, národní podnik ve Skutči, zhotovila nový typ skokanských bot s opěrkou, které jsou velmi kvalitní. Národní podnik Sport v Novém Městě na Moravě pokryl skluznice skokanských lyží teflonem, který se zdá být na některých druzích sněhu rychlejší ve srovnání s tradičním kofixem. V průběhu sezóny se nám nepodařilo získat speciální skokanské kombinézy, které však budou v letošním roce dovezeny. Tyto speciální obleky mají značný vliv na dobrou nosnost skokana v letové fázi a tím i na délku skoku.

Minulé závodní období skokanů lze hodnotit jako úspěšné i přesto, že naši reprezentanti nesplnili plánované výsledky v Seefeldu. Předsednictvo výboru Svazu lyžování předpokládá umístění jednoho z našich skokanů na středním nebo velkém můstku mezi prvními třemi. Do družstva kandidátů na ZOH 1976 byli jmenováni skokani Karel Kodejška, Rudolf Höhln, Jindřich Balcar a Ivo Felix.

Sdruženáři řeší již druhý rok generační problém. Ze starších závodníků zůstal od posledních ZOH v Sapporu v družstvu pouze Tomáš Kučera, který se v sezóně několikrát zranil a tak veškerá odpovědnost zůstala na mladých závodnících: Františku Zemanovi, Josefu Pospíšilovi a Stanislavu Buchtovi. Sdruženáři měli problémy s běžecskou přípravou na prvním sněhu, která byla plánována začátkem listopadu do švédské Kiruny. Vlivem špatných sněhových podmínek ve Skandinávii byli nuceni trénovat v tomto období na Mísečkách a Vosecké boudě. Tím utrpěla značně kvalita běžecského tréninku, protože sníh na rozježdění a nácvik techniky nebyl dostatečně kvalitní, jako tomu je zpravidla v Kiruně za polárním kruhem. I tato skutečnost se odrazila ve výkonnosti našich sdruženářů v minulé sezóně. Na předolympijských hráčích v Seefeldu se při skoku zranil Tomáš Kučera a závod nedokončil. Ostatní zůstali ve svých výkonech hodně za svým průměrem, hlavně ve skokanské disciplíně. Ta zůstává stále slabou stránkou našich sdruženářů. V nové sezóně bude s družstvem pracovat jako druhý trenér Josef Matouš, který povede skokanskou přípravu. Ve zlepšení skokanské disciplíny vidím značnou rezervu ke zvýšení výkonnosti čs. sdruženářů.

(Pokračování na str. 2)

Sezóna 1974-75 přípravou na ZOH 1976

(Pokračování ze str. 1)

V závěru sezóny dokázali někteří členové družstva na mezinárodních závodech, že mají skutečné předpoklady zařadit se do světové špičky při zlepšení skokanské disciplíny a umístit se na ZOH 1976 do šestého místa. Družstvo se bude opírat zatím o výkony F. Zemana a Pospíšila, kteří byli také zařazeni mezi kandidáty pro ZOH 1976, a Buchty, který je ve sledované přípravě. Svoji oprávněnost startu na ZOH v Innsbrucku musí ještě prokázat svými výsledky na mezinárodních závodech, které se uskutečnily za účasti kompletních družstev sdruženářů NDR a Polska letos v prosinci.

Družstvo běžkyň bylo v minulé sezóně též doplněno mladými závodnicemi, které již v průběhu první sezóny po zařazení podávaly dobré výkony. Jmenovitě Anna Pasiarová, která byla společně s Blankou Paulů, Alenou Bartošovou a Gabrielou Sekajovou zařazena mezi kandidátky pro ZOH 1976.

Trenéři reprezentačního kolektivu nebyli spokojeni s přípravou v předzávodním období. Jednalo se též o neuskutečněný zájezd na trénink pro nedostatek sněhu do Kiruny. Utrpěla tím kvalita přípravy, hlavně kvalitní rozježdění na prašanu a nácvik techniky běhu. Přesto splnily běžkyňe plánované výsledky na předolympijských hrách v Seefeldu v plném rozsahu. Třetí místo Blanky Paulů a dalších dvou závodnic mezi první desítkou v běhu na 10 km lze hodnotit poměrně vysoko. Ve štafetě se zásluhou špatného namazání a nevyrovnanou formou všech čtyř děvčat nepodařil výsledek, který výbor Svazu lyžování předpokládal. Přesto i v této disciplíně splnila děvčata plánovaný výsledek. Věřím, že na ZOH v této disciplíně budou stát naše reprezentantky na stupních vítězů.

V uplynulém závodním období podala Blanka Paulů v některých mezinárodních závodech velmi dobré výkony. Úspěšný byl pro ni začátek sezóny, poté předolympijské hry, mistrovství ČSSR a akademické mistrovství světa. Blanka zůstává stále naší závodnicí číslo 1 a je oporou družstva. Solidní výkony podávala v sezóně Alena Bartošová, která je stále spolehlivou reprezentantkou. Ostatní závodnice měly v průběhu závodního období značnou kolísavost formy. Překvapením a myslím příjemným, byly výsledky Anny Pasiarové.

Celkově slabší výkonnost prokázala děvčata koncem února a začátkem března na zájezdu do Švédska, Finska a Norska. Závodnice absolvovaly v rozmezí čtyř dnů nadměrné množství závodů téměř bez odpočinku. Tyto závody však nutno chápat jako přípravné pro X. Tatranský pohár, akademické mistrovství světa a samozřejmě i jako součást přípravy na ZOH 1976.

Běžci se potýkali v předzávodním období se stejnými problémy jako družstva sdruženářů a běžkyň. Objem přípravy na výcvikových táborech do-

ma byl splněn, ale s daleko větším úsilím, za nepříznivých povětrnostních podmínek, na nekvalitním sněhu. Nebylo možno nacvičovat a upevňovat správnou techniku běhu na zmrzlém prachovém sněhu a to mělo vliv na techniku jízdy na tomto druhu sněhu i v závodech. Nesplněn byl i objem síly. Potvrdilo se, že vysoko stanovené objemy nelze v ubytovacích zařízeních na našich horách spl-



Tak vypadá olympijská medaile ZOH 1976 v Innsbrucku, o kterou budou bojovat také čs. lyžařští reprezentanti

nit. Navíc chyběl i objem plánovaný do Kiruny, kde je možno každý druhý den použít tělocvičnu.

Výkonnostní cíle pro rok 1975 byly družstvem splněny jak dosaženými výsledky v mezinárodních závodech, tak i v oblasti poznávání soupeřů, způsobů jejich přípravy, poznání trati a úspěšnosti našich reprezentantů na těchto tratích a ověření si systému přípravy na ZOH. Na rozdíl od ostatních lyžařských disciplín vyzkoušeli běžci modely přípravy dva: A a B. Ověření modelů přípravy na ZOH nebylo však splněno v plné šíři, především ve finální části na předolympijských hrách v Seefeldu. Tyto závody měly ukázat kulminaci formy a dát odpověď na sílu jednotlivých zemí. Samotné závody kvalitou sněhu a úpravou trati nebyly podle mého názoru regulérní a neukázaly v podstatě potřebné. Potvrzení vrcholu formy u skupiny A proti skupině B přišlo na mistrovství ČSSR v Jizerských horách, které navazovalo na závody v Seefeldu a ihned nato při Spartakiádě sprátených armád v Sovětském svazu týden po mistrovství ČSSR.

Na základě výsledků v minulém závodním období byli zařazeni mezi kandidáty pro ZOH běžci Stanislav Henych, František Šimon, Jiří Beran, Jan Fajstavr a Milan Jarý. Šestý bude jmenován do 10. prosince. Naši běžci mají předpoklady umístění na ZOH v Innsbrucku ve štafetě do šestého

místa, v individuálních závodech jednou do 6. místa, dvakrát do 10. místa a dvakrát do 15. místa.

V minulé sezóně nás potěšili svými výsledky sjezdáři. Ženy uspěly v Evropském poháru a hlavně v druhé části závodního období se dostala některá děvčata do dobré formy. Nejlepší naše závodnice Dagmar Kuzmanová vyhrála Evropský pohár a zvítězila i v obřím slalomu. Dobře si vedla i Jana Šoltýsová. Škoda, že se zranila Anna Droppová, která nemohla dokončit sezónu.

U družstva byl zlepšen systém tréninku zařazením přípravy na umělé hmotě v kombinaci s navazujícím tréninkem na sněhu. Značné rezervy zůstaly v tréninku sjezdu. Splněn byl počet naježděných branek obřím slalomu, nesplněno plánované naježdění počtu slalomových branek.

V průběhu závodního období byl uspokojivě ověřen model přípravy na ZOH. Ukázalo se, že harmonogram tréninku bude nutno předsunout zhruba o dva - tři týdny, aby sportovní forma kulminovala v době konání ZOH v roce 1976.

Jako kandidátky pro ZOH 1976 byly zařazeny závodnice Dagmar Kuzmanová, Jana Šoltýsová a Anna Droppová. Na ZOH v příštím roce se předpokládá umístění jedné naší závodnice v obřím slalomu nebo slalomu do 6. místa a dvakrát do 10. místa.

Sjezdáři ukazují rok od roku stoupající tendenci ve výkonnosti. Jejich výsledky v minulém závodním období byly v některých závodech Světového poháru, Evropského poháru a mistrovství Evropy juniorů velice dobré. Bohumír Zeman získal na mistrovství Evropy juniorů v Mayrhofenu ve slalomu stříbrnou medaili, Míla Sochor zajel dobře několik závodů Světového poháru, vyhrál Evropský pohár v obřím slalomu a v kombinaci byl celkově v Evropském poháru třetí. Zvýšila se i úroveň dalších členů družstva, která se odrazila ve výrazném zlepšení FIS bodů, např. Ivana Sochora a Hezcza.

Plán přípravy nebyl splněn na 100 procent. Byly stanoveny vysoké ukazatele, jejichž splnění předpokládalo zcela optimální podmínky jak při tréninku na ledovcích, tak v průběhu zimy. Ve srovnání se sezónou 1973-74 znamená podstatné zvýšení v plnění obřím slalomu a slalomu. Nebyl splněn požadavek naježdění většiny branek slalomu a obřím slalomu na tvrdém podkladě. Vzhledem k možnostem a mnohdy i povětrnostním podmínkám byl neuspokojivě plněn trénink sjezdu.

Výkonnostní cíle pro rok 1974-75 byly splněny a to jak v umístění ve Světovém a Evropském poháru, tak i ve zlepšení bodových hodnot FIS. Nesplněna zůstala příprava a soutěže ve sjezdu. Na tuto disciplínu však není zaměřena hlavní pozornost družstva.

Model přípravy nebyl vlivem nepříznivého počasí plně ověřen, avšak podle dosavadních poznatků bude možno po úpravě tréninku v době vánočních svátků a tréninkových dávek

v závěrečné části přípravy využít pro závěrečný trénink na ZOH 1976.

Zhodnotíme-li výsledky, kterých dosáhli čs. lyžaři v závodním období 1974—75, můžeme s uspokojením konstatovat, že nejsme bez reálných nadějí na úspěšné vystoupení na ZOH 1976 v Innsbrucku. Při další systematické a tvrdé tréninkové práci a absolvování všech plánovaných akcí v přípravě plně věřím, že čs. lyžaři udělají svými výsledky na těchto ZOH radost všem milovníkům bílého sportu.

ZDENĚK REMSA
ústřední trenér



Olympijská trať obřího slalomu (Axamer Lizum) mužů v Innsbrucku. Závod se pojede 9. a 10. února. Start prvního kola je ve 2025 m a cíl v 1540 m. Trať měří 1250 m s výškovým rozdílem 485 m. Druhé kolo bude odstartováno ve 2035 m s cílem 1610 m, trať je dlouhá 1610 m s výškovým rozdílem 425 m

Jubilejní kongres FIS V SAN FRANCISKU

Tridsátý jubilejní kongres Mezinárodní lyžařské federace FIS se konal po prvně v 50-ročné historii této organizace na severoamerické půdě, dokonce na její pacifické části v San Francisku, v dnech 28. 5.—31. 5. Ako to už býva zvykom, pred kongresom viackrát zasadá predsedníctvo a technické komisie FIS, ktoré prerokávajú materiály, o ktorých má s konečnou platnosťou potom rozhodnúť samotný kongres.

Tento kongres bol tzv. „pravidlový kongres“, t. j. rozhodovalo sa predovšetkým o zmene pravidiel pre organizovanie lyžařských pretekov a bokom sa nechali otázky týkajúce sa zmeny štatutu, resp. iných nie vyslovene pravidlových otázok. Kongres bol však zaujímavý aj tým, že rozhodoval o organizátoroch budúcich majstrovstiev sveta v lyžovaní, ktoré sa usporiadajú v roku 1978. Okrem toho v rámci kongresu sa uskutočnila aj pravidelná kalendárna konferencia FIS, na ktorej sa stanovili termíny pretekov pre budúcu sezónu.

Program rokovania po celý týždeň bol naozaj bohatý, veď na kongres došlo takmer 200 návrhov na zmeny pravidiel jednak od členských štátov, ale aj od jednotlivých technických komisií. Keďže teda kongres, na ktorom sa zišli zástupcovia 34 členských štátov, bol kongresom „pravidlovým“, zmienim sa o niektorých novoprijatých zmenách pravidiel. Pochopiteľne sa zmienim len o hlavných, ostatné bude mať k dispozícii komisia rozhodcov, ktorá prísudí ich vhodnosť zaradenia do našich novo sa pripravujúcich pravidiel.

Na základe skúseností získaných z posledných majstrovstiev sveta v St. Moritz a vo Falune navrhol sa celý rad doplnkov k pravidlám o organizovaní majstrovstiev sveta. Dôležité su najmä návrhy týkajúce sa štartu pretekárov (národnosť, podrobnosti o lekárskom potvrdení, o ceremoniáli a pod.). Taliansko prišlo s návrhom, aby na MS štartovalo v zjazdových disciplínach prvých 15 pretekárov podľa bodov FIS. Tento zásadný návrh narazil na značný odpor a nebol prijatý. Menší kompro-

mis znamenal francúzsky návrh, aby na MS mohli národné federácie vyslať buď viacej mužov a menej žien alebo naopak. Vyslovený bol súhlas s tým, aby mohol byť prizvaný v prípade zranenia náhradník dodatočne z domova.

Kongres vyslovil súhlas so zavedením dvoch nových disciplín, a to behu na 20 km ženy (počnúc MS 1978) a paralelné preteky, ktoré sme poznali a začali sa uvádzať ako paralelný slalom. Tu sa ale tiež prijala zásadná zmena v tom, že sa z neho vyradujú skoky (umelo doteraz vytvárané na trati) a výškový rozdiel sa zvyšuje na 80—100 m. Svojím spôsobom by bolo možné ako za novú disciplínu považovať aj možnosť usporiadania dvoch zjazdov, resp. zjazdu.

Keď sme tak akosi pri zjazde, tak boli prijaté základné pravidlá pre Svetový pohár a Európsky pohár v zjazde, pričom každoročne budú k týmto pravidlám vydávané najnutnejšie zmeny. Na štarte môže byť okrem funkcionárov len 1 trenér, mení sa francúzsky povel k štartu z „Allez“ na „Partez“, spresnená možnosť opätovného štartu z titulu zmeškania vis maior, v prípade prijatia protestu zložená suma sa vracia, stanovené sankcie pretekárom, ktorí po prerušení preteku pokračujú v jazde (diskvalifikácia 1 rok), u SP a EP nemá presiahnuť počet štartujúcich 100. Stretuje sa non-stop tréning a stanovuje sa povinnosť posledné dva tréningové dni merať časy. Schválené bolo používanie „Bibbo pravidla“ pre slalom a obrovský slalom. Niet veľmi chuť podporovať účasť cudzích pretekárov na národných majstrovstvách. Prehľadka trate musí byť so štarto-

vými číslami, prijatý rakúsky návrh na štandardnú veľkosť práporčok na zjazdových pretekoch, stanovená pevná doba k podaniu protestu na 15 min. po pretekoch. Zostáva sa pri štartovom intervale 60 sek., boli návrhy na 2 min. alebo 2 a 1/2 min. Bolo prijaté viacero odporúčaní komisií pre zjazdové trate, napr. stanovená minimálna šírka výjazdu u zjazdu na 15 m, u obrovského slalomu 10 m, doterajšia minimálna šírka 30 metrov zjazdovej trate môže byť v prípade potreby ďalej rozšírená.

Osobitná dôležitosť sa začína prikladať funkcii technického delegáta FIS, ktorý má byť po každej stránke na výške. Javí sa naďalej naliehavá potreba ich ďalšieho školenia. Prakticky každý TD, ktorý bude vykonávať funkcii na pretekoch zaradených do kalendára FIS, musí mať licenciu FIS.

Z oblasti bežeckých disciplín je to už popri zavedení ženskej vytrvalostnej disciplíny rozhodnutie, že bežecké trate musia byť strojovo upravované, určené priestory pre servis pri cieľi, štartové skupiny stanovené (i poradie štartu) na 1—2—3—4, zamietnutý návrh, aby bolo povolené podať lampu, bolo prijaté pravidlo, že u štafiet posledných 100 m pred odovzdávacím územím nemusia dať pretekár prednosť (toto musí byť riadne označené), na pretekoch FIS musia byť informácie podávané okrem domácej reči ešte v ďalšej oficiálnej FIS reči, odovzdávacie územie môže byť aj na svahu mierne stúpajúcim a nie len v rovine.

Opätovne veľkú diskusiu vyvolala otázka zavedenia Svetového alebo Európskeho pohára v behu. Návrh v bežeckej komisii pri hlasovaní 9:8 neprešiel, i v predsedníctve bola väčšina proti. Jednako situácia vyzerá na to, že tento návrh v budúcnosti sa predsa len presadí.

Tak isto zaujímavá situácia sa vyvinula okolo majstrovstiev Európy juniorov v klasických disciplínach. Pôvodný návrh USA, Kanady a bežeckej komisie na premenovanie MEJ na majstrovstvá sveta juniorov bol dosť šikovne zo strany prezidenta servírovaný ako zmena charakteru týchto pretekov, a teda že MSJ sa majú konať každé dva roky v období medzi normálnymi MS a ZOH. Teda v Liberci by mali v roku 1976 zostať ešte MEJ, ale v roku 1977 by boli usporiadané MSJ v La Croix vo Švajčiarsku, potom zase MEJ 1978 a MSJ 1979 (na ktoré predbežne reflektuje Quebec) a pod.

Z oblasti združeného preteku je zaujímavé, vlastne potvrdené stanovisko, že je povinné absolvovanie troch skokov, z ktorých sa dva najlepšie počítajú do súťaže, a na MS a ZOH skok musí byť usporiadaný jeden deň pred behom. Návrhy NDR a náš na nové bodovanie združeného preteku boli stiahnuté a zostáva sa zatiaľ pri starých, doteraz užívaných tabuľkách.

Viacero návrhov sa zišlo u pravidiel pre lety na lyžiach, čo je aj pochopiteľné, pretože v tomto smeru je z minulosti dosť nepresností, nejasností a otvorene povedané aj dosť nespokojnosti. Tu urobil kus dobrej práce náš Milda Běloňožík, ktorý spolu s Juhoslovanom Gorišekom pripravil jednotný návrh na celkovú zmenu

pravidiel, kde vzali do úvahy všetky pripomienky. Takýto jednotný návrh potom prijala aj skokanská komisia a kongres. Možno dúfať v zlepšenie u tejto disciplíny, kde je ročne možno konať len dva preteky a kde v roku 1977 bude usporiadané MS v nórskom Vickersunde a kde bol menovaný technickým delegátom náš Milda Bělonožník. I to je uznanie odbornej práce čs. funkcionárov lyžovania.

Z ostatných návrhov a zmien si zasluhuje pozornosť: schválenie nových noriem mostíkov, rozhodnutie o umiestnení tribúny pre trenérov, rozhodnutie, že MEJ nemajú kolidovať s pretekmi EP, každoročne sa môže usporiadať maximálne šesť pretekov pre žiakov, zavádzajú sa ľahšie zjazdy pre mládež a odsúhlasený bol návrh, aby komisár FIS pre mládež vypracoval návrh na organizovanie žiackych pretekov ako doporučenie národným zväzom. Bol zamietnutý návrh na konanie MS mestských lyžiarov, právna komisia spracovala návrh základných pravidiel pre bezpečnosť na bežeckých tratiach a bola ustanovená odborná komisia, ktorá má pripraviť kvalifikované návrhy na používanie pretekárskeho výstroja.

Dlho diskutované amatérske pravidlá FIS, prispôbené novému realističnejšiemu zneniu olympijského pravidla o amaterizme, známému § 26, boli prijaté. Zamietnutý bol návrh Veľkej Británie, aby preteky zaradené v kalendári FIS boli „otvorenými“ pretekmi, čo inými slovami znamená vpustenie profesionálov na preteky FIS. Angličanom bolo hádam náplachom to, že ich návrh na nové tabuľky bol jednoducho prijatý.

Okrem toho kongres schválil záverečné správy z MS v St. Moritzu a vo Falune ako aj Kulme a vypočul správu o pripravách ZOH v Innsbrucku a v roku 1980 v Lake Placid. S Innsbruckom je nespokojnosť preto, že výpravy, ktoré budú ubytované v Seefeld, budú musieť za ubytovanie platiť aj v olympijskej dedine v Innsbrucku.

S osobitnou pozornosťou sa sledovali voľby budúcich organizátorov MS v roku 1978. Pre klasické MS boli dvaja kandidáti — Lahti a Quebec a pre zjazdové štyria — Garmisch-Partenkirchen, Briancon vo Francúzsku, Kranjská Gora v Juhoslávii a Jackson Hole v USA. Napred sa losovaním rozhodlo, že sa bude voliť usporiadateľ pre klasické disciplíny. Hneď prvé kolo prinieslo prekvapení vypadnutie Brianconu, ktorý urobil veľkú reklamu. V druhom kole vypadla Kranjská Gora a v tretom kole dostal Garmisch-Partenkirchen 48 hlasov a Jackson Hole 36. Ale aj klasické MS priniesli čiastočné prekvapenie, a to, že Lahti vyhralo len tesne o 1 hlas nadpolovičnej väčšiny — dostalo 39 hlasov a Quebec 36.

Prekvapenia pokračovali ďalej pri voľbe miesta budúceho kongresu. Z troch kandidátov dostalo najviac hlasov Bariloche v Argentíne (42 hlasov), zatiaľ čo talianske Merano len 28 a Estorial v Portugalsku 5 hlasov.

Do nového predsedníctva, ktoré sa volilo v závere kongresu, išlo Taliansko a Poľsko s novými kandidátmi, a to miesto Concioho kandidoval Erich Demetz z Val Gardeny a miesto Zio-

brzinského Poľsko navrhovalo svojho nového predsedu PZN J. Wilczewského. Demetz bol zvolený, Wilczewski však nie. Tak isto nebol zvolený čilský zástupca Arturo von Schröders. Miesto týchto sa dostali do predsedníctva FIS Kanadan Arnold Midgley a už niekoľkokrát kandidujúci Ludwig Schröder z NDR. Čs. kandidát Ján Mráz si upevnil pozíciu šiestym najväčším počtom hlasom zo 17 kandidujúcich.

Po skončení kongresu sa zišlo nové predsedníctvo FIS, ktoré menovalo členov jednotlivých komisií. Dochádza k zmene na čele troch komisií, a to: zo združenárskej komisie odchádza G. Berauer z NSR a za predsedu bol zvolený G. Gundersen z Nórska. Miesto chorého predsedu subkomisie rozhodcov P. Öhmana zo Švédska sa stal predsedom P. Pepuening z Rakúska a miesto doterajšieho predsedu mestských lyžiarov de Bliquyho sa predsedníčkou stala H. Tomkinsonová z Anglicka. Československé zastúpenie za zlepšilo. V doterajších funkciách zostal M. Bělonožník ako predseda subkomisie stavitelov mostíkov a člen skokanskej a združenárskej komisie FIS, tak isto J. Terezčák zostáva náhradným členom bežeckej komisie s tým, že je prvým kandidátom na miesto riadneho člena komisie. Za nových členov sa podarilo presadiť menovite s. Evu

Paulusovú do ženskej bežeckej komisie FIS, Ing. Ladislava Harvana do komisie pre stavbu zjazdových tratí, obaja ako riadni členovia, a čo považujeme za osobitný úspech — dr. J. Bogdálka za riadneho člena komisie alpského lyžovania a komisie Európskeho pohára. ČSSR odvolala svoje zastúpenie v osobe dr. Ferenciho v komisii pre pravidlá a v právnej komisii vzhľadom na jeho trvalé pôsobenie ako zástupcu ČSA vo Viedni.

Tento 30. jubilejný kongres bol však prelomom ešte v jednej veci. Bola prijatá nová organizácia FIS, podľa ktorej sa zriaďuje jeden centrálny sekretariát v Berne miesto doterajších dvoch (generálny sekretár v Stockholme). Za člena sekretariátu bol zvolený platený riaditeľ Jean Franco Kasper zo St. Moritzu, mladý ambiciózný pracovník, lyžiarsky odborník. Generálny tajomník FIS Sigge Bergman, ktorý sa dožíva koncom júla 70 rokov, zostáva vo funkcii ešte dva roky, aby zaučil nového riaditeľa sekretariátu FIS, a potom o dva roky sa podľa skúsenosti bude rozhodovať, či v predsedníctve zasadne nový generálny tajomník alebo riaditeľ sekretariátu. Ale to už je úloha budúceho kongresu v roku 1977 v Bariloche v Argentíne.

JÁN MRÁZ
predseda medzinárodnej komisie
VZL ÚV ČZTV

Nová kvalifikační pravidla FIS

V roce 1972, krátce před ZOH v Sapporu, hrozil Mezinárodní lyžařské federaci (FIS) rozchod s Mezinárodním olympijským výborem (MOV). Tehdejší prezident MOV Avery Brundage vyhrožoval hromadnými diskva-

lifkacemi závodníků z účasti na ZOH pro porušování pověstného pravidla 26 o olympijské kvalifikaci. Za cenu vyloučení legendárního jezdce Karla Schranze se FIS podařilo hromadnou diskvalifikaci odvrátit. Bylo zřejmé, že FIS nechce dále zatěžovat téměř již kritický vztah k MOV.



Po Sapporu se nesnáze mezi FIS a MOV vyhrtily v boj, ve kterém nešlo o nic víc a o nic méně, jak o to, zda lyžařský sport, hlavně však sjezdový sport, zůstane či nezůstane sportem olympijským. Jednání s MOV byla vedena s nevšední tvrdostí a otevřeností, přestože vystřídaním Avery Brundageho, který lyžařům nepřál, liberálnějším lordem Killaninem, došlo uvnitř MOV k citelné změně v názírání na současnou situaci závodního sportu ve světě.

Nad ZOH visel stále Damoklův meč. Sjezdový sport se z hlediska olympijské kvalifikace dostával do obtížných situací, zejména poté, když tiskem prošly zprávy o fantastických příjmech špičkových závodníků. FIS zaujala vůči MOV tvrdé stanovisko - naznačovala, že by se obešla i bez OH - nicméně, ústy svého prezidenta Marca Hodlera dala několikrát najevo, že by uvítala kompromisní řešení. V několika konzultacích MOV s Mezinárodními sportovními svazy (MSS), při kterých zástupci FIS vykonali záslužný kus práce pro rozvoj

Švýčarka L. M. Morerodová patří k nejlepším slalomářkám na světě

sjezdářského sportu, došlo konečně k dohodě a MOV na svém zasedání ve Vídni koncem října 1974 schválil nové, tolerantnější pravidlo 26 a prováděcí předpisy k němu, obsahující zásady pro olympijskou kvalifikaci, přizpůsobené současným potřebám výkonnostního sportu. Vypracování detailních, usměrňujících předpisů, přizpůsobených potřebám jednotlivých sportovních odvětví bylo přenecháno sportovním svazům.

Kongres FIS, který se koncem května t. r. sešel v San Francisku, musel ve svém bohatém programu vyhradit místo i čas také projednání otázek, souvisejících s novými podmínkami olympijské kvalifikace. V návaznosti na novelizované pravidlo 26 schválil kongres kvalifikační pravidla FIS v novém znění čl. 208—215 mezinárodního soutěžního řádu (MSŘ).

Nová kvalifikační pravidla FIS jsou kompromisním řešením, nicméně jde o pravidla v jistém smyslu pokroková, neboť ve značné míře respektují současné potřeby závodního lyžařského sportu. Ustanovení čl. 208—215 MSŘ jsou poměrně obsáhlá a není možné je v krátkém článku detailně rozebírat. Chtěl bych poukázat v textově zkrácené a upravené formě jen na nejzásadnější z nich, na ustanovení o patronátních smlouvách a podporách závodníků:

— Patronát a reklama. Národní lyžařský svaz může uzavřít s obchodní firmou nebo organizací smlouvy o patronátu, výzbroji nebo reklamě, uznává-li národní lyžařský svaz příslušnou firmu nebo organizaci za svého úředního dodavatele, nebo podporovatele. Každá platba v rámci těchto smluv smí být provedena jen přímo národnímu svazu a žádný závodník nesmí z takové platby obdržet dílčí částku, s výjimkou případů, kdy to kvalifikační předpisy dovolují. FIS si může kdykoliv vyžádat kopii smlouvy k nahlédnutí;

— Podpora závodníků: Během přípravného období, jehož délku určí čas od času předsednictvo FIS, a během závodního období smí závodník obdržet:

plnou náhradu cestovného vlakem, letadlem, autem nebo jinými dopravními prostředky do místa tréninku nebo závodu,

plné zaopatření během tréninku a závodů,

kapesné,

náhradu za ušlý výdělek podle rozhodnutí národního lyžařského svazu. Náhrada nesmí přesahovat částku, kterou by byl závodník vydělal ve stejné době ve svém zaměstnání,

sociální jistoty, včetně pojištění, kte-

rě kryje i úraz nebo nemoc ve spojení s tréninkem nebo závodem.

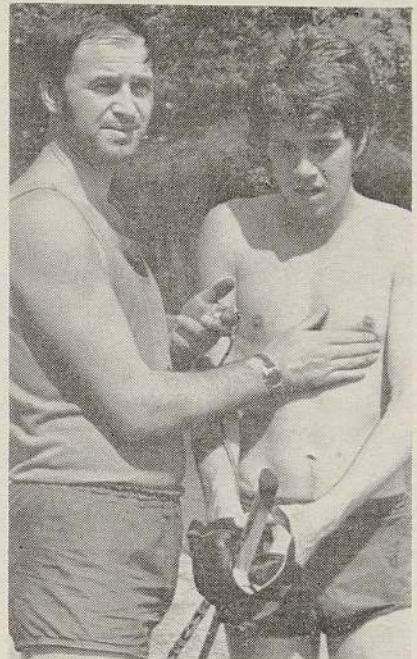
Národní svaz může rezervovat prostředky k zajištění výškolení závodníka a jeho budoucí kariéry po odstoupení z aktivní závodní činnosti. Na tyto prostředky nemá závodník právní nároky a budou rozděleny podle uvážení národního svazu.

Hlasování o jednotlivých článcích proběhlo hladce, s výjimkou čl. 212.3, který zní: „Národní svaz může dovolit závodníkovi přijímat podporu i mimo rámec ustanovení, obsažených v čl. 212.1 a 212.2. Veškeré smlouvy nebo jiné dohody, uzavřené s obchodními firmami, organizacemi nebo soukromými osobami ohledně takovéhoto podpor musí být předány národnímu svazu. Ten to oznámí FIS. Tito závodníci jsou oprávněni startovat v závodech FIS, jestliže jinak splňují kvalifikační pravidla FIS, ale nemusí jim být povoleno startovat na OH“. Citované články 212.1 a 212.2 se týkají výše vyjmenovaných podpor závodníků.

Francie, Itálie, NSR, Rakousko, Švýcarsko a Lichtenštejnsko se zdržely hlasování o tomto článku. Philippe Henchoz, předseda Švýcarského lyžařského svazu, který na kongresu tlumočil stanovisko šesti alpských zemí, na otázku, proč právě ony a nikoli kupř. USA, Kanada nebo socialistické země zaujímají k článku 212.3 vyčkávací stanovisko, odpověděl, že uvedené země mají jinou situaci a že v žádném státě není tak úzká vazba mezi výrobou, turistikou a amatérským závodním sportem, jako v alpských zemích.

Článek byl kongresem přijat, alpské země však jej ve schválené podobě v příští sezóně ještě nehodlají použít. Situaci komplikují nové zprávy v tisku o tom, že špičkoví závodníci přijímají za vítězství a za umístění vedle povolených, limitovaných platů, také prémie, které svazy, s výjimkou italského svazu, deklarují jako rezervy k zajištění budoucího povolání závodníků. Celá řada návrhů proti prémiovému systému zcela zákonitě oživila problém amatérismu v MOV, neboť ten zcela právem pokládá přijímání prémie za sportovní výkony za neslučitelné s pojmem olympijské kvalifikace.

Dříve než se šest alpských zemí bude moci sjednotit na společném řešení, pokusí se v sezóně 1975—76 nebezpečná úskalí obeplout přechodnými řešeními. Pak ale se budou muset rozhodnout. Z tohoto pohledu sehrála nepochybně svoji roli i obava z možného ohrožení blížících se ZOH. To potvrzuje i prohlášení Dr. Schicka,



Trenér čs. reprezentačního družstva sdruženářů Josef Kutheil měří jednoho z členů olympijského družstva Josefu Pospíšilovi tep po tréninku na kolečkových lyžích

předsedy Rakouského lyžařského svazu, který pokládal za nutné podtrhnout, že rakouští jezdci jsou olympijskými amatéry.

Finanční stránka závodního sjezdování v alpských zemích se neustále přiostrhuje. Lyžařské svazy těchto zemí se stále více musí zabývat otázkou, jak pokrýt obrovské náklady v souvislosti s účastí jejich družstev na mezinárodních soutěžích, v první řadě na Světovém poháru. Velký autopark dopravuje materiál, závodníky a trenéry z jednoho závodu na druhý. Početný je i servisní personál, který musí být rovněž přepravován. Tyto náklady v alpských zemích nejsou firmy sdružené v poolech, které závodníky vyzbrojují. Poolové poplatky platí firmy přirozeně zvláště a mnohým z nich se celkové výdaje staly již neúnosné. Dochází ke škrtům, které svazy přijímají se vzrůstajícím neklidem.

Tento stav ve světovém sjezdovém sportu hovoří proti jeho profesionalizaci amerického ražení v Evropě. Alpské země se však musí rozhodnout, zda chtějí dále získávat olympijské medaile nebo chtějí-li se jich zříci. Vše nasvědčuje tomu, že toto závažné, v pravém slova smyslu historické rozhodnutí, učiní brzy po 15. únoru 1976, po závěrečném dnu ZOH v Innsbrucku.

Dr. OTTO KULHÁNEK
člen mezinárodní komise
VSL ÚV ČSTV

VELKÁ CENA FRENŠTÁTU

Lyžařský oddíl TJ MEZ Frenštát pod Radhoštěm uspořádá v neděli 14. září na největším můstku s umělou hmotou na světě s normovým bodem 70 m a kritickým 90 m třetí ročník mezinárodních závodů ve skoku na lyžích o Velkou cenu města Frenštátu. V prvním ročníku tohoto závodu v roce 1973 zvítězil Wosipiwo (NDR) před Polákem Pawlusiakem, svým krajanem Wolfem a čs. reprezentanty Matoušem a Raškou. Ve druhém loni byl první mistr světa H. G. Aschenbach před Ecksteinem, Dannebergem, Wosipiwem (všichni NDR) a Raškou.

V prvním ročníku startovalo 95 skokanů ze sedmi zemí, ve druhém 79 závodníků z šesti států. Letos jsou pozváni přední skokani z deseti zemí. Bude to zajímavá prověrka připravenosti v olympijské sezóně. Zkušební kolo začíná ve 13 hod. -tr-

NA KOLEČKOVÝCH LYŽÍCH V TURNOVĚ

Lyžařský oddíl Sklostroje Turnov připravil na neděli 7. září druhý ročník veřejného závodu na kolečkových lyžích „Turnov 1975“. Startují v něm muži, ženy i dorost. Loňského prvního ročníku se zúčastnilo 150 startujících, mezi nimi i členové čs. reprezentačního družstva běžců.

Závod se uskuteční opět na uzavřeném okruhu ve městě s kvalitním asfaltovým povrchem. Okruh tratí měří 4000 m s výškovým rozdílem 58 m. V prvním ročníku v kategorii mužů zvítězil Jiří Beran z Dukly Liberec. Široká vozovka umožňuje hromadný start jednotlivých kategorií a tím se závod pro početné diváky stává přehledným a přitažlivým. -čer-

Turné LVT 1975

Ve skokanském „Turné Libereckých výstavních trhů 1975“ mládeže na můstku s umělou hmotou zvítězil mladší dorostenec Miroslav Kumpošt (VŠST Liberec) s 2070,6 b. před Bukvicem (Naveta Jablonec) 2047,9 a Filipem (VŠST Liberec) 1989,3. Další pořadí: 4. Uzel 1987,9, 5. Budínský (oba ještě Liberec) 1975,4, 6. R. Kumpošt (VŠST Liberec) 1974,1 b.

Slavia VŠST Liberec nabízí své středisko ostatním tréninkovým střediskům mládeže k uspořádání letního soustředění v Liberci i s možností účasti v závodech. -jk-

Fotografie na titulní straně obálky Jaroslav Trousil, na druhé straně obálky Jiří Kotland a Jaroslav Trousil, na třetí straně Josef Stránský a na zadní straně obálky Ladislav Matela.

Fotografie uvnitř měsíčníku Miroslav Hladík, Jiří Kotland, dr. Arnold Pavlík, Jaroslav Trousil a Ladislav Zacharides.



František Šimon, Jiří Beran a Stanislav Henych v sezóně 1974/75 patřili k nejlepším čs. závodníkům v běhu na lyžích

Na běžkách stále rychleji

V loňském roce jsem čtenáře našeho odborného měsíčníku informoval o prudkém vývoji běhu mužů od ZOH 1972 v Sapporu na základě vyhodnocování výsledků v závodech sezóny 1973/74. Po letošním závodním období, v němž celé řadě závodů nepřálo počasí a která byla podle dřívějších zvyklostí vlastně odpočinková, se mě řada příznivců lyžování ptala, zda tento vývoj měl stále stoupající tendenci, nebo došlo ke stagnaci. Jistě proto několik čísel z mého vyhodnocování sezóny ukáže, jak vypadá situace před bužicemi se ZOH 1976 v Innsbrucku.

Pro vyhodnocení mezinárodní lyžařské sezóny 1974/75 jsem použil výsledků 29 závodů tohoto období (Monolit, Castelrotto, Kavgolovo, Sliač, Reit im Winkel, Seefeld, Ramsau, Falun, Lahti, Holmenkollen, Oberhof, Zakopané, Strbské Pleso,

Kuusamo, Murmansk, Kiruna atd.). Komplexní výsledky, získané z vyhodnocení, mi dávají obraz o letošní sezóně. Uvedu jen několik čísel, která dávají odpověď na otázku, jak rychle se letos běhalo.

VÍTEZOVÉ ZÁVODŮ

	1972/73	1973/74	1974/75
15—50 km	5,16 m/vt.	5,35 m/vt.	5,41 m/vt.
15 km	5,20 m/vt.	5,32 m/vt.	5,46 m/vt.
30—50 km	5,01 m/vt.	5,39 m/vt.	5,36 m/vt.
štafety	4,88 m/vt.	5,02 m/vt.	5,35 m/vt.

NEJLEPŠÍ ČESKOSLOVENSTÍ ZÁVODNÍCI

	1972/73	1973/74	1974/75
15—50 km	4,93 m/vt.	5,22 m/vt.	5,26 m/vt.
15 km	5,06 m/vt.	5,18 m/vt.	5,24 m/vt.
30—50 km	4,80 m/vt.	5,28 m/vt.	5,28 m/vt.
štafety	4,78 m/vt.	4,96 m/vt.	5,25 m/vt.

Z tabulky je patrné, že krom závodů vytrvalostních (30—50 km), kde loni byly ve většině závodů ideální podmínky a tím i rychlost předběhla vývoj, došlo k dalšímu zrychlení jak u vítěze závodů, tak i u našich závodníků, kteří dosáhli v jednotlivých soutěžích nejlepších výsledků. K největšímu zrychlení došlo v letošní sezóně v závodech štafet, kde vyrovnáním úrovně téměř desítky reprezentačních družstev muselo dojít i ke změně taktiky těchto závodů a výsledkem jsou mimořádně rychlé časy.

To vše jsou pro další vývoj v běhu na lyžích pozitivní zjištění. Pro nás trenéry však další starosti, protože vývoj posledních let se jistě nezastaví a tak již pro příští ZOH 1976 na tratích v Seefeldu musíme počítat s tím, že kdo bude chtít uspět, bude muset jet mnohem rychleji, než tomu bylo třeba v Sapporu.

Není proto bez zajímavosti ani po-

řadí našich běžců vypočítané podle úspěšnosti — průměru pěti nejlepších výsledků v mezinárodních soutěžích podle procenta zpoždění od vítěze:

1. František Šimon	0,70 %
2. Stanislav Henych	0,76 %
3. Jiří Beran	1,28 %
4. Jan Fajstavr	1,64 %
5. Milan Jarý	3,46 %
6. Ján Michalko	4,34 %
7. Jaroslav Saidl	4,54 %
8. Josef Kubica	4,60 %
9. Zdeněk Böhm	5,00 %
10. Ján Matejbus	8,54 %

Toto pořadí říká, že krok s velmi se zrychlující světovou špičkou ve srovnání s loňským rokem udrželi Šimon, Beran a Fajstavr, nepatrně proti loňsku ztratili Henych a Jarý. Ostatním se vítězové ve srovnání se sezónou 1973/74 o něco vzdálili. Nedařilo se Matejbusovi.

JAROSLAV HONCŮ
trenér reprezentačního družstva

X. kongres Interski očima cvičitelů lyžování

V dubnu se sešli v Nízkých Tatrách lektoři cvičitelů lyžování, aby jako první vyslovili souhrnný názor o přínosu X. kongresu INTERSKI pro výuku lyžování v ČSSR.

X. INTERSKI bylo tak významnou událostí, že potrvá delší dobu, než se prodiskutují na různých úrovních všechny otázky, kterými se zabývalo a než se z nich vyvodí potřebné závěry. Bude k tomu třeba znovu prostudovat kongresové referáty, které budou v dostatečném počtu v kongresové zprávě a v kongresovém metodickém dopisu k dispozici, porovnat je případně s publikacemi, o které se opírají a pečlivě vzít, čím z kongresového průřezu světovým lyžováním posílí naši socialistickou teorii a praxi výuky jízdy na lyžích.

Poněvadž ale čas nestojí, je třeba připravovat příští lyžařskou sezónu a zaujímat stanoviska, proto projednali lektoři na svém semináři tato dvě témata:

— Zhodnocení významu X. kongresu INTERSKI pro výuku lyžování v ČSSR.

— Současnou koncepci práce metodického úseku výboru Svazu lyžování ÚV ČSTV.

VÝZNAM X. KONGRESU INTERSKI

Lyžařští lektoři, vesměs účastníci X. INTERSKI, se ztotožnili se všeobecným, na různých úrovních již vyjádřeným hodnocením, že kongres byl významným přínosem pro rozvoj a propagaci masového lyžování v ČSSR, že byl významnou společenskou událostí a současně dobrou propagací socialistického Československa v zahraničí.

Lektoři se dále podrobně zaměřili na **odborné závěry** z X. INTERSKI, které shrnuli do těchto bodů:

V referátech i v ukázkách jednotlivých zemí se potvrdilo, že ve světě je v zásadě **jednota v obsahu vyučované techniky zatačení**. Určité, pro výuku vhodné lyžařské cviky se uplatňují podle podmínek (tzn. s ohledem na věk, kondici a lyžařské cíle žáků, s ohledem na terén, na výzbroj atd.) v různém výběru, pořadí a v různých proporcích. Jsou to především: klouzavý a brzdivý pluh, oblouky v pluhu, sesouvání a oblouky ke svahu, oblouky z pluhu (mnohdy nazývané jako základní), oblouky z přívratu nižší a vyšší lyží, oblouky s přestoupením v různých variantách, a to jak oblouky o vzájemně rovnoběžné i různoběžné poloze lyží, tak i v různých obměnách oblouky s možno bez výrazného přenášení váhy těla.

V těchto cvicích se uplatňují podle potřeby typické pohybové dovednosti jakou jsou kupř. při zahájení oblouku různé způsoby odlehčení, přenášení váhy těla, otáčivý odraz ze zahanění, rotační předsunutí nohou, opora o hůl a předtočení, dále otáčení lyží a vedení oblouku nohama, odklon, posouvání váhy těla v předozadním směru atd. Tyto cviky a pohybové dovednosti si při výuce lyžování zachovávají svoji platnost jako postupné nebo konečné konkrétní cíle vyučované techniky zatačení na lyžích i v současné době, kdy vyučovací proces soustřeďuje svoji pozornost i na řadu dalších pedagogických aspektů pohybové výuky.

Tento **standardní rozsah vyučované techniky** má svůj význam i pro **žákovo všestrannost**, která je podkladem jeho dalšího zdokonalování.

Obdobnou **jednotu ve vyučované technice**, což v tomto případě se chápe spíše jako samozřejmost, bylo možno na kongresu zaznamenat u **běhu na lyžích**.

Kongres dále zdůraznil důležitost **uplatnění a prohlubování současných pedagogických poznatků** i při výuce lyžování, jako kupř. aplikovat motorické učení, přizpůsobit náplň výuky cílovým potřebám žáků, provádět takový výběr cvičení, který je pro danou skupinu účelný a funkční atd.

Řada referátů upozorňovala na potřebu dalšího **rozšiřování výuky běhu na lyžích** ve všech lyžařských oblastech a to nejen jako účinného prostředku proti civilizačnímu nemocem, ale i jako cesty k získávání dalších lyžařských prožitků. Zdůrazňovala se i výhoda využití běžek při základním výcviku lyžování i jejich význam při snižování počtu lyžařských úrazů.

Kongres konstatoval, že se potvrdila **užitečnost krátkých lyží** (150–180 cm) a to především jako lyží výukových,

jako stálých lyží zejména pro starší a příležitostné lyžaře a jako účinného prostředku pro zmenšení úrazovosti.

Dále se v referátech, filmech i v ukázkách uvedly některé **inspirující příspěvky k výuce lyžování dětí**, jež upozornily na vzrůstající význam, rozsah a specifickou metodu této výuky.

Kongres ve více referátech připomněl **velkou hodnotu lyžování pro rekreaci a ozdravení** člověka současné industrializované společnosti.

Dále souhrnně upozornil na **potřebu prohloubit všestrannou péči o účinné snížení počtu lyžařských úrazů** a naznačil cesty jak toho dosáhnout.

Na kongresu se jednalo o **významu zahájené terminologické práce v lyžování na mezinárodní úrovni**. Tato práce je zvláště v současné době rozvoje lyžařské techniky a di-

na pomoc trenérům

daktiky nutná jako předpoklad pro vytvoření kvalitních teoretických podkladů výuky.

Novým tématem v ukázkách kongresu byla **lyžařská akrobacie a krasojízda** spojená s řadou nových technických prvků. Je to důkazem, že lyžování je živým organismem, který má podle potřeby možnosti rozvoje rozmanitými směry.

ODEZVA KONGRESU V ČESKOSLOVENSKÉM LYŽOVÁNÍ

Účastníci semináře lektorů cvičitelů dále shodně doporučili, aby X. kongres INTERSKI měl na výuku lyžování v ČSSR především tuto odezvu:

V rozsahu vyučované techniky a všestrannosti **se metodika Svazu lyžování ČSTV neliší od současného stavu v jiných vyspělých lyžařských zemích**. To potvrdily i se značným zájmem přijímané československé příspěvky na X. INTERSKI - referáty a ukázky dr. Zálešáka v oblasti výuky a techniky sjíždění, dr. Chovance a ing. Chlouby pojednávající o běhu a trenéra Remsy zaměřené na výuku na lyžích. **Tyto hodnoty je třeba uplatňovat a dále rozvíjet** v řízeném pedagogickém procesu a ve výzkumu ve smyslu potřeb tělesné výchovy v socialistické společnosti.

Dále je třeba v nejbližší době **zpracovat a uplatňovat pedagogiku lyžování**, která by odpovídala současným potřebám československého lyžování.

Běh na lyžích, který má u nás i v rekreačním lyžování velkou tradici a zcela průkazný význam, **je nutno uplatňovat** v nejrůznějších směrech masového lyžování **ve značně větší míře než dosud**.

V používání **krátkých lyží** máme u nás několikaleté zpoždění a je třeba učinit řadu opatření, především v jejich výrobě a propagaci, **aby se mohly z výše uvedených důvodů v ČSSR v potřebné míře využít**.

Pro lyžařskou výuku dětí, jak u věkových skupin počínaje 4. rokem věku, tak kupř. pro výuku na zimních pionýrských táborech a na školních lyžařských zájezdech, je třeba **vypracovat odpovídající didaktické návody** a zajistit i kupř. stavbu dětských vleků a zřizování dětských lyžařských hřišť.

Dále je nutno věnovat pozornost **soustavné práci na lyžařském názvosloví** a především v naší nejširší výukové lyžařské oblasti, v lyžování mládeže **zajistit bezúrazovost**.

SOUČASNÁ KONCEPCE PRÁCE METODICKÉHO ÚSEKU

Předseda metodického úseku doc. dr. Miloš Zálešák vyjádřil na semináři plnou shodu pracovníků úseku s projednanou aplikací obsahu kongresu INTERSKI na výuku lyžování v ČSSR. Tato aplikace se stane součástí kon-

cepce práce metodického úseku a bude dále doplněna především těmito opatřeními:

Metodický úsek více zdůrazní zaměření své činnosti na **masové lyžování**.

Za tím účelem bude také usměrňovat **výchovnou a ostatní obsahovou stránku školení cvičitelů** tak, aby mohli úspěšně pracovat ve výuce lyžování jak starších věkových stupňů, tak **především ve výchově a výuce mládeže**.

Obdobně bude výběr kandidátů školení a jeho obsah zaměřen tak, aby se cvičitelé mohli **uplatnit ve všech** pro lyžování v ČSSR **stěžejních institucích** (lyžování na školách; v ROH - zimní pionýrské tábory, rekreace ROH, podnikové zájezdy; lyžování v SSM a v PO; v lyžařských oddílech TJ; v profesionálních lyžařských školách; v turistických lyžařských akcích svazů turistiky atd.).

Úkolem metodického úseku bude zajistit rozpracování **teorie a metodiky lyžování** tak, aby byla možná **plynulá návaznost na závodní lyžování**.

Při usměrňování metodiky lyžování bude úsek **využívat závěrů** z příslušných našich i zahraničních **vědeckých prací**. Tento úkol bude uskutečňovat v úzké spolupráci s fakultami tělesné výchovy a sportu.

Takto pojatému plánu činnosti se podřídí také **kádrové složení** metodického úseku, a to i v tom smyslu, aby v něm byla v oblasti metodiky lyžování zajištěna **koordinace** potřeb výše uvedených institucí.

Předloženou koncepci práce metodického úseku účastníci semináře prohodili a přijali.

Dr. JIRÍ SOUKUP

člen metodického úseku VSL ÚV ČSTV

Formy různé — cíl stejný

Na Chodsku není zima tak dlouhá jako v Krkonoších, v Tatrách a dalších horách, proto i přípravné období závodníků-běžců je nejméně o měsíc prodlouženo. Touto skutečností jsme nepřímo nuceni vymýšlet i více forem a prostředků zvláště k výcviku nejmladších závodníků.

V následujících řádcích uvádím příklady tréninku mladších žáků-běžců v terénu během přípravného období. Úmyslně neuvádím trénink v tělocvičně (činkárně či v posilovně) a řídím se osvědčeným heslem: „Nejlepší tělocvična je příroda“. Vždyť tam jediné lze provozovat otužování, pro závodníka nutný rozvoj všestranné tělesné i duševní odolnosti a zvykání si na běh i za nepříznivého počasí atd.

Nejčastěji trénujeme na standardním upraveném běžec-kém kolečku, kterému jsme dali jméno „cirkus“. Je to lesní běžecká dráha asi 150 m dlouhá (pro trenéra přehledná!) s měkkou půdou nahrabaného jehličí v členitém kopcovitém terénu, plném zatáček („miklíků“), ve formě lesního slalomu pro nácvik rychlé reakce na náhlé změny směru (odšlapy). Při budování běžeckého areálu jsme nezapomněli na úpravu asi deseti „houpaček“ (terénních vln) a jeden náročný „šprajcák“ (prudké 20 m stoupání). Pro úplnost tréninkové „všehochuti“ vložil jsem do trasy kolečka i několik přirozených skokanských překážek (poražený strom, příkop a potůček).

Již dvacet let sleduji fyziologickou a psychickou účinnost takto vybudovaných koleček (v Perninku, Novém Městě na Moravě, Harrachově a nyní v Domažlicích nebo v Chodově) a jejich vliv na růst trénovanosti mladšího žactva. Mohu jen potvrdit, že žáci (žačky) je rádi běhají, tvoří si na nich své „rekordy“ a jejich trénovanost rychle stoupá. Nedoporučuji však, aby se pro žactvo budovala kolečka delší než 200 m, neboť tam již trénující ztrácí potřebnou rychlost a „kyslíkový dluh“ bývá přece jen velmi znatelný.

Je-li špatné počasí (zima, déšť) a trénink pro rozvoj rychlostní vytrvalosti intervalovou metodou je nevhodný, pak zařazují do hlavní části tréninku mladších žáků vytrvalý běh v rovnoměrném tempu (setrvalém stavu), který je u žáků velmi oblíbený a dali jsme mu název „stíhačka“. Je to vlastně „stopování“ trenéra ve formě známé běžecké hry „honba za liškou“, kdy vyběhnu do terénu o několik minut dříve a po dobu celé hodiny (běh asi na 10 km) trousím za sebou v nepřehledném lesním terénu po pěti až třiceti metrech malé papírky a za mnou běžící žáci mne hledají a snaží se mne dostihnout a najít. Tato forma tréninku je i v dešti přijatelná, nenásilná a zábavná. Nevyžaduje žádnou dlouhou organizační přípravu. Rolí krepového papíru za 1,30 Kčs rozsekám asi na 20 kusů 250



cm dlouhých pruhů, které během klusu v lese trhám na kousky 5 cm dlouhé a pohazuji za sebou.

Pořádáme v terénu ještě další běžecké hry, jako „hledačky“, „pátračky“ anebo průzkumné hry (průchody lesem útočníků proti obráncům), kdy žáci naběhají někdy 5 až 12 km, aniž by je tréning příliš unavil. Někdy napadne jen poprašek sněhu (lyžovat ještě nelze) a pak mne žáci hledají a dohánějí podle stop.

Běžecký tréning s výkonnějšími běžci (dorostenci) provádím „píďalkovitou“ metodou, kdy jako trenér běžím bez zastávky v souvislém sledu, určuji trasu běhu a na stanovištích po každých 200 až 300 m dávám pokyn k půlminutovým posilovačkám (kliky, shyby, cviky s balvanem a poleny). Po těchto cvicích mne svěřenci rychlejšími během doženou, načež dostanou na místě další úkoly pro posílení (svalových partií paží a trupu). Zatímco posilují, běžím volným klusem na další stanoviště.

Za suchého počasí zařazuji „trhákové“ běhy v dlouhých úvozech (vybíhání krátkých svahů), další branné hry (plížení, šplhy, průzkumy, zlézání atd.). Velký důraz kladu na posilování při manuálních brigádnických pracích, na kolektivní výlety na kolech, putování se stany a také na nácvik prvků horolezectví. Účast na všech orientačních závodech považuji za samozřejmou. Máme-li místo tréninkové jednotky vzdáleno od města, pak nezapomenu nikdy na návrat do šaten „handicapovým“ během — kdy vybíhají mladší žáci a starší žáci je v cíli dobehají.

Závěrem uvádím některé poznatky a zkušenosti ze své práce:

1. Snažím se uplatňovat ve své práci nejmodernější a pokrokové vědecké poznatky.

2. Vycházím ze známého poznatku, že zájem o tréning podchytím zejména tehdy, když věnuji největší pozornost vhodné motivaci tréningu (snažím se, aby způsob a vedení tréningu byly svou všestranností, pestrostí a zvláště pak svou soutěživou formou pro mládež přitažlivé). Výcvik mládeže má být veden nenásilnou, někdy i hravou formou tak, aby si svěřenci ani neuvědomovali namáhavost tréningu. I v tvrdší přípravě má být aspoň zrno veselí a radosti.

3. Snažím se vypracovat na každou tréningovou jednotku alespoň krátkou písemnou přípravu a tím splnit další požadavek: nenést tréning živelně, ale být vždy na vedení tréningu dokonale připraven a nezapomenout i na mnohými pedagogy odsuzované zbytečné „malíčkování“, jako např. organizační, časovou, materiální, prostorovou přípravu atp.

4. Jen systematický a přesně pracující trenér může mít nakonec dokonalý úspěch. Je známa ona smutná zkušenost, že trenér, který se třeba jen dvakrát bez omluvy nedostavil na tréning, ztratil hned automaticky několik svých svěřenců, kteří mu přestali důvěřovat.

Základních úkolů a dalších speciálních poznatků ke zdárnému působení trenéra je jistě mnohem více, domnívám se však, že jenom dle sledným plněním těchto povinností a velkou dávkou trpělivosti a přátelským postojem ke svěřencům lze dosáhnout alespoň základního cíle, tj. pevně podchycení svěřence k tomu, aby dobrovolně rozvíjel svou sportovní výkonnost v souladu s cíli socialistické společnosti.

Kresba Gabyho Koubka znázorňuje uspořádání jednoho z jeho kruhových tréningů v přírodě pro mladé běžce. Cyklus posilovaček a napodobivých cvičení se provádí formou postupných cvičení jednotlivců na stanovištích v časovém úseku 30 vteřin (pro střídání vymezeno 15 vteřin).

Z důvodů grafických není pořadí cviků na obrázku číselně upořádáno tak, aby splňovalo obecný tréningový požadavek, tj. pravidelné střídání posilování nohou, trupu a paží.

Vysvětlivky k jednotlivým cvikům (autor se čtenářům omlouvá, že při popisu cviků užil jen heslovitých znaků cvičebních prvků již vžitou „lyžařskou hantýrkou“):

1. Skoky stranou v úvoze (jako částečná průprava běžeckých odšlapů).

2. Kliky o strom nebo skalku apod.

3. Shyby na větví, zábradlí apod.

4. Improvizované „jernberg“.

5. Shyby na větví.

6. Step-testové výstupy na terénním stupni nebo na balvanu (pařežu).

7. Zašvihy balvanem - posilování svalů pro běh soupažný.

8. „Švédáky“ nebo severský krok s použitím hálek (aby svěřenci prováděli dostatečně dlouhé „odpíchy“, jsou v terénu pro různé věkové kategorie již předem vyhloubené stupně - schody, při nichž se dlouhé doskoky musí dodržovat).

9. „Přítahováky“.

10. Skoky (boční) sounož přes jednu kládu („sialomáky“).

11. Násobené skoky střídnoož přes dvě i více klád.

12. Kliky - normální.

13. „Gusakov“ (název se ujal po návštěvě sovětského lyžaře v ČSSR) — velmi vydatný cvik rovnováhy pro lyžařský skluz běžců v jednooporovém postoji.

14. „Zadní kliky (posilování prsních svalů pro běh soupažný) - též na terénním stupni.

15. V lehu na bříše „kolébka“ s balvanem (na kládě, terénní „bouli“ apod.).

16. „Zavíráky“ nebo „kudly“ (přesné dodržení způsobu cviku!).

17. „Angličany“ (cvik složený z dřepu, podporu ležmo za rukama a výskoku).

GABY KOUBEK

Význam různorodosti zatěžování v tréningu vytrvalosti

Sportovní tréning chápeme jako proces výchovy zdatných, všestranně a harmonicky rozvinutých občanů naší socialistické společnosti, zaměřený k dosahování individuálně (relativně) maximální sportovní výkonnosti.

Ve světě poznatků moderní teorie a vědy je sportovní tréning definován jako proces složité biologicko-sociální adaptace jedince, probíhající ve specifických podmínkách. Základem tohoto procesu je motorické učení, jehož předmětem je osvojování vědomostí a dovedností, rozvíjení odpovídajících vlastností a schopností. Růst sportovní výkonnosti je podmíněn systematickým a účinným zatěžováním organismu sportovce, které vyvolává změny v odpovídajících funkcích orgánů a jejich systému. Zatěžování probíhá formou pohybu na úrovni tělovýchovného podnětu.

Z hlediska klasifikace sportovních výkonů zjišťujeme, že různorodost jednotlivých druhů sportů a jejich disciplín je velká. Pro naši potřebu se ukazuje výhodná taková klasifikace, která by ukázala velkou různorodost struktur sportovních výkonů, odlišnost požadavků na organismus a tím demonstrovala potřebu specifického přístupu k procesu sportovního tréningu.

Typ vytrvalostních výkonů převládá v bězích na střední a dlouhé tratě v lehké atletice, lyžování, v plavání, kanadistice, ve veslování apod. Řešený úkol je v podstatě jednoduchý — překonat danou vzdálenost v co nejkratším

čase. Počet pohybových dovedností je poměrně malý, jejich struktura je jednoduchá, mají většinou cyklický charakter; struktury jsou značně standardizovány, jejich variabilita je malá. Výkony jsou však náročné na dlouhodobě volní úsilí zaměřené na překonání únavy a s tím spojených bolestivých zážitků, na překonání dílčích frustrací, dále vyžadují smysl pro tempo a schopnost vytrvalosti. Energetický výdaj je vysoký.

Vytrvalostní výkony jsou závislé na výkonnosti kapacitě celého organismu, na jeho fyzické a psychické složce.

Z fyziologického hlediska a vzhledem k době trvání dělíme vytrvalost na: obecnou, střednědobou, krátkodobou a silovou.

Obecnou vytrvalost považujeme za základ všech druhů vytrvalosti. Její charakter metabolismu je aerobní. Uplatňuje se v zátežích, jejichž délka činí od 4 minut až po několik hodin.

Střednědobá vytrvalost je schopnost vykonávat pohybovou činnost submaximální intenzity po dobu od 45 vt. do 4 minut. Fyziologický mechanismus spočívá převážně v anaerobním typu metabolismu a typickým průvodním jevem je vysoký podíl kyslíkového dluhu.

Krátkodobá (rychlostní) vytrvalost je schopnost udržet maximální intenzitu pohybové činnosti po dobu až do 45

vt. Probíhá v anaerobním typu metabolismu a s maximálním kyslíkovým dluhem.

Silová (statická) vytrvalost je schopnost provádět určité výkony silového typu po delší dobu.

Metody, jimiž rozvíjíme vytrvalostní schopnosti jsou v podstatě dvě: nepřerušovaná a přerušovaná.

Přerušovaná - celostní metoda zatěžuje organismus po delší dobu, tj. 30 a více minut, poměrně stejnoměrnou pohybovou činností, čímž se v organismu vyvolávají změny vedoucí k rozvoji obecné vytrvalosti. Rozhodujícím faktorem je objem tréninkového zatížení.

Přerušované metody jsou takové, které používají opakovaného zatěžování organismu podněty střední, submaximální až maximální síly prokládané přestávkami.

Fyziologické mechanismy všech druhů vytrvalosti jsou natolik vzájemně propojeny, že je nutné počítat s komplexním účinkem všech používaných metod.

Požadavek různorodosti je nutné chápat především ve smyslu všeobecné všestrannosti. Ta patří k základním rysům socialistického pojetí sportovního tréninku. Vyplývá z cíle a úkolů sportovního tréninku, které zdůrazňují nejen přípravu k maximální výkonnosti, ale současně i přípravu sportovce na plnění širokých společenských požadavků.

Princip všestrannosti, široké uplatnění všeobecně rozvíjejících cvičení je zvláště důležité uplatňovat v přípravném období. Prostřednictvím různorodého tréninkového zatěžování se vytvářejí předpoklady pro celkový růst funkčních možností organismu, pro zvyšování trénovanosti.

Tento požadavek je nutné mít na zřeteli do jisté míry i v průběhu hlavního období, kdy volba tréninkových prostředků je zaměřena specializovaně k získání a udržení sportovní formy.

Rovněž v přechodném období, v němž hlavní změny nastávají v obsahu tréninku a jsou prostředkem regenerace sil, musí být působnost tělesných cvičení různorodá.

Různorodost zatěžování je nutné chápat též ve vlastním výběru metod rozvíjejících vytrvalostní schopnosti, i v jejich obsahu.

Kromě uvedené celostní metody lze různými variantami přerušovaných metod rozvíjet jak obecnou, tak speciální vytrvalost.

Intervalový trénink je nutno pokládat za obecnou metodu sportovního tréninku, která má řadu prostředků a forem práce přerušovaného charakteru, jež se mezi sebou liší velikostí intervalů a přestávkami. Fyziologický význam tohoto typu tréninku vychází z působení rozmanitých podnětů na organismus, které se často opakují a mají příslušnou sílu a dobu trvání. V důsledku působení určitých podnětů dochází k aktivnímu přizpůsobování tréninkového organismu na stále větší zatížení.

Tempový trénink. Rozeznáváme v něm běhy střídavé, opakovací, kontrolní. Jeho účelem je vypěstovat rychlostní vytrvalost, která umožňuje rozvinout běh v nejvyšším tempu.

Běhy střídavé se vyznačují velkým rozsahem temp, přechodem z jedné formy do druhé, s aktivní formou odpočinku (př.: 1200 m volně + 600 m tempově + 200 m rychle).

Běhy opakovací, jejichž podstatou je stejnoměrné tempo běhu. Trénují se na přesně změřených úsecích, se sledováním docílených časů. Úseky lze postupně zkracovat, zvyšovat tempo a snižovat dobu přestávek mezi opakovanými úseky.

Běhy kontrolní slouží ke zjišťování sportovní formy závozníka. Nejlépe je používat nestandardních délek tratí. Nemají se považovat za závody, nýbrž za přípravu.

Fartlek, běžecká hra, slouží pro vypěstování celkové vytrvalosti a pro psychické uvolnění. Podstatou tohoto tréninku je kolektivní zábavná pestrá forma běhu v přírodě. Jeho způsob může být velmi rozmanitý, obohacený hravými prvky; přestože má svůj rámeček, své složky, které je nutno zachovat.

V minulosti jsem našel ve sportovní literatuře pojednání o formách opakovacích běhů s názvy:

Vyčerpávající trénink; interval má trvat při plném zatížení a rychlosti nejvýše 30 vt. Tento způsob má za následek zbytnění pravého srdce, hypertrofie břízky, zvyšuje zásobu živin ve svalech, kapacitu krve, snižuje citlivost nervstva na kyseliny.

Horký trénink; interval zatížení má ideální dobu 8 minut. Na konci této doby má tělo sportovce teplotu 40°C a sportovec má být unaven, vyčerpán. Tento způsob má vliv na menší vylučování solí v potu, hypertrofuje levé srdce, způsobuje termoregulaci.

Rytmičkový trénink; nebo také krokový, je cvičení v rytmičkových dávkách. Má ideální dobu 4 až 5 minut.

S uplatňováním intervalové metody tréninku souvisí velmi důležitá otázka stanovení správného výběru, délky úseku a doby trvání přestávky mezi jednotlivými dávkami intenzivního zatěžování. Přestávka může být buď pasivní, nebo aktivní a to v intenzitě nízké (chůze) nebo vyšší (mezikus); měla by být správně stanovena individuálně.

Rozhodujícím hlediskem je především úroveň trénovanosti. Trénovaný závodník se dostane do normálního stavu rychleji, u méně trénovaného probíhá tento proces pomaleji. Na konci přestávky po zatížení má být tepová frekvence 120—130 tepů za minutu. Současně je třeba vystihnout ten moment, kdy organismus neztrácí získanou teplotu a jeho celková aktivace se nezmenšuje.

Výsledky výzkumu prováděné za účelem prozkoumání tohoto problému naznačují, že neefektivnějším se jeví trénink s krátkými fázemi práce, s odpovídajícím standardním zatížením a intervaly odpočinku. V tréninku s nováčky dává větší přírůstek výkonnosti trénink s různou délkou úseků a odpočinku, nežli při zvětšování úseků délky v jednotvárných variantách.

Význam různorodosti zatěžování souvisí též s problematikou obnovy sil. Ta se stává jednou z nejdůležitějších v soudobém sportu.

Při velkých tréninkových zatíženích nelze zanedbávat význam speciálních přístupů a zvláště organizace prostředků, které napomáhají obnově funkčních možností sportovce. Zkušenosti ukazují, že v tréninku spolu s důležitou úlohou optimálních intervalů mezi jednotlivými tréninkovými cvičeními mají ještě větší význam intervaly mezi tréninky. Rovněž důležité je střídání cvičení s různým tréninkovým zatížením a aktivním odpočinkem podle vlnového principu. Proto je třeba zařazovat do cvičení sportovní hry, rozcvičky, uvolňovací cvičení, využívat možnosti uplatnění hudby a rytmických cvičení jako prostředků odpočinku od specializace.

Jsem toho názoru, že velmi důležité a to zejména v práci s mládeží je zařazovat různorodé prostředky sportovního tréninku, aby trénink byl pestrý, přitažlivý.

V tréninku vytrvalosti za hlavní zásadu považují vypěstování vysokého stupně obecné vytrvalosti. Vždy však je nutné usilovat o optimální zatěžování organismu, mít především na zřeteli zdravý a harmonický rozvoj světců. Dále je třeba soustavně dbát o výchovné působení, které spočívá ve výchově ideové, morální a volní.

Závěrem myslím je účelné si připomenout, že složitost sportovního tréninku — který chápeme jako formu, ale také jako proces — zdůrazňuje skutečnost, že je procesem tvůrčím.

Literatura: M. Choutka Didaktika sportu (skripta) - Praha [1972], Š. A. Mamardašvili Značenie variativnosti nagrauzok v trenirovke, napravlennoj na razvitie specialnoj vynoslivosti (Teorija i praktika fizičeskoj kultury 1971, 7), N. G. Ozolin O problému obnovy sil (Atletika 1972, 7).

JAROSLAV NEDOMLEL

Některé odlišnosti v technice jízdy na lyžích na umělé hmotě a sněhu

V letošním roce jsme měli možnost si dokonale ověřit účinnost jedné z nejmodernějších vymožeností poslední doby při vedení sportovní přípravy ve sjezdových disciplínách-tréninku na umělé hmotě.

Umělá hmota nachází svoje uplatnění po lyžařských skokanech i v přípravě sjezdařů. Ze tomu nebylo hned, je jisté. Víme o protichůdných nebo alespoň rozpačitých názorech mnohých trenérů na uplatnění hmoty pro trénink ve sjezdových disciplínách. Sportovní stánky — svahy s umělou hmotou — slouží dnes mnohde již rok trvale nejen závodníkům, ale i lyžující veřejnosti v Brně, Děčíně, Jablonci, v poslední době též v Hradci Králové a v Uherském Hradišti.

Pozorování jsme si s kolektivem trenérů ověřili a posoudili kvalitu a výsledky přípravy obou výkonnostně odlišných skupin závodníků - družstva ČSR žáků sjezdařů a oddílového družstva na umělé hmotě v Jablonci n. N. a v Uherském Hradišti. Domníváme se, že jsme též učinili

do budoucna užitečné závěry pro modernizaci tréninkového procesu při použití umělé hmoty.

Skupina výkonnostně slabší — oddílové družstvo — se připravovalo celkem 8X v 1½hodinových celcích na umělé hmotě v Uherském Hradišti (parametry hmoty: délka cca 180 m, šířka cca 10—15 m). Družstvo ČSR se připravovalo 6X v 1½hodinových celcích v Jablonci n. N. (parametry hmoty: délka cca 300 m, šířka 15—20 m) a 6X v 1½hodinových celcích v Uherském Hradišti. Protože u obou zařízení jsou k dispozici lyžařské vleky, probíhal tudíž trénink v nejvyšší možné intenzitě. Pro ilustraci každý závodník najezdil v Uherském Hradišti cca 30—35 jízd za 1½ hod., v Jablonci pak 25—30 jízd. V souhrnu to představuje u oddílového družstva cca 240 jízd, u družstva ČSR cca 390 jízd na osobu.

Obě plochy vybudované na bázi kartáčů z umělé hmoty umožňovaly nejlepší skluzové vlastnosti za vlhka, rosy, nebo při použití polypropylenového oleje za sucha při zachování stejných podmínek přípravy lyží jmenovitě broušení hran jako na sněhu.

Oba uvedené celky absolvovaly též již po tréninku na umělé hmotě přípravu na sněhu. Družstvo ČSR 2X po týdnu v zahraničí, oddílové družstvo několikrát vždy po 2 dnech na sněhu v tuzemsku.

I když intenzita tréninku a tréninkový objem byl u obou celků odlišný, zajímavé byly některé ukazatele v růstu úrovně techniky jízdy na hmotě a sněhu. Cílem a obsahem přípravy na hmotě i sněhu bylo u obou celků obnovení dovedností při volné jízdě, v obřím slalomu a částečně ve slalomu, nepočítaje specializovaný výcvik družstva ČSR ve zvyšování speciální sjezdářské vytrvalosti a kilometrového objemu na sněhu. V obou případech jsme vycházeli ze stejné metodiky nácviku prvků na hmotě. Pomíjíme-li rozdílnou výkonnostní či technickou úroveň jízdy u členů obou skupin, projevíly se v podstatě **SHODNÉ ZNAKY** v přístupu k prvním jízdám na hmotě u většiny pozorovaných.

První jízdě na hmotě byly jakési orientační či „ohmatávací“, neboť vlastnosti hmoty — barva modrá či zelená, ostrost kartáčů, prostředí uprostřed přírodní zeleně, odlišné předvídání situací při jízdě, to vše v souhrnu způsobovalo celkovou nejistotu a u některých jezdců i bojácnost.

Po zvládnutí prvních jízd však rychle tyto negativní jevy mizely a po vytvoření jakéhosi „pocitu hmoty“ byli již všichni schopni přijímat a realizovat pokyny trenéra. Zajímavé je, přestože všichni byli plně na výši po kondiční stránce, vytvořily se brzy při vysoké intenzitě tréninku v důsledku únavy ustálené a časově omezené fáze tréninku v celcích po 1½ hodině. Přirozená dětská vitalita se totiž po této době začala pomalu vytrácet, jízda byla stále technicky horší a horší, což signalizovalo „únavu z hmoty“. Vysvětlujeme si to tím, že struktura sněhu proti hmotě umožňuje mnohonásobně větší elasticitu při jízdě. V nasazení, vedení a dokončení oblouku je vynakládáno rozhodně méně úsilí na sněhu, než na hmotě. Rovněž otázka psychiky při jízdě na hmotě vystupuje zřejmě více do popředí (strach z pádu na poměrně tvrdé a ostré kartáče, pocit malého prostoru pro jízdu), což vše jistě přispívalo k narůstání únavy. Hmoty větším tréním při styku s lyžemi proti sněhu poskytují jezdcům též menší možnosti v rychlosti jízdy, což má však podle našeho názoru značné výhody pro koncentraci jezdce při nácviku prvků. Rovněž konstantní podmínky při neměnní se kvalitě povrchu trati umožňují jezdcům poměrně rychle odstraňovat při plné soustředěnosti technické nedostatky jízdy.

Právem jsme se zvědavostí očekávali, do jaké míry jízda na hmotě vytvoří lepší předpoklady pro zrychlení tréninku na sněhu.

Zatímco družstvo ČSR bezprostředně několik dnů po tréninku na hmotě absolvovalo trénink na sněhu v zahraničí (v měsíci září a říjnu), oddílové družstvo pokračovalo v tréninku na hmotě a teprve v průběhu konce měsíce října a začátku listopadu mělo možnost trénovat na sněhu. Zde jsme se však dočkali určitého překvapení. Zatímco členové družstva ČSR prakticky bezprostředně navázali na upevňování pohybových návyků z hmoty na sněhu bez potíží, členové oddílového družstva při přechodu na sněh zpočátku výrazně zaostávali. Pozorovali jsme, že lepší skluz na sněhu, větší rychlost jízdy v oblouku, nestejně podmínky povrchu trati, i když byla upravena, konečně i jiný sklon svahu zapřičinily zpočátku bariéru zábrán pro soustředěnou a technicky dobrou jízdu. Zatímco na hmotě ukazovala většina jezdců již technicky dobrou jízdu, ohlašovali se na sněhu staré chyby z prv-



Arne Pavlík, člen lyžařského oddílu Lokomotivy Olomouc, při tréninku na umělém svahu

ních tréninků. Rovněž růst úrovně techniky jízdy proti členům družstva ČSR se nám jevil pomalejší. Po rozboru situace jsme dospěli k názoru, že rozhodující vlivy v nestejném růstu úrovně techniky jízdy byly:

1. rozdílná technická úroveň jezdců obou skupin,
2. lepší vyježděnost družstva ČSR zvláště ve volné jízdě,
3. možnost bezprostředního přechodu družstva ČSR z hmoty na sněh a lepší kontinuita při upevňování pohybových dovedností při dlouhodobém pobytu na sněhu,
4. skluznost hmoty používané oddílovým družstvem se v poslední době zhoršila částečným znečištěním hlínou po deštích, takže rozdíl v kvalitě skluzu na hmotě a sněhu značně narostl,
5. u členů oddílového družstva se důsledkem zhoršené kvality skluzu vytvořil návyk pomalé jízdy v oblouku proti rychlé jízdě na sněhu,
6. oddílové družstvo trénovalo poprvé na sněhu se svahem většího sklonu než na hmotě při mimořádně skluzových vlastnostech rychlého sněhu,
7. oddílové družstvo trénovalo na sněhu v časových celcích s několikadenním přerušením,
8. oddílové družstvo nemělo možnost z důvodu nedostatku výběru svahu ověřit si první kroky na sněhu v sezóně při přímé jízdě a získat tak „pocit sněhu“, důležitý to počinek i úsek přípravy pro každého lyžaře na začátku sezóny.

Souhrn těchto ukazatelů nás přesvědčuje o tom, že umělá hmoty bude zcela jistě velmi platným pomocníkem při zintenzivnění tréninku, že se však musí přihlížet k výše jmenovaným faktorům, které by jinak mohly negativně ovlivnit výkonnostní růst našich svěřenců v některých úsecích tréninkového cyklu. Pro umělou hmotu hovoří i další faktor, že se prodlužuje tolik žádaná a pro špičkové závodníky nutná fáze přípravy - rozježdění a dokonalá příprava pro závodní období.

DUŠAN KRÍŽ

Charakteristika sjezdových disciplín

jako východisko k formování zásad výběru talentů

Výběr talentované mládeže a problémy spojené s vedením mladých sportovců k dosažení vysoké výkonnosti, jsou v jednotlivých sportovních odvětvích odlišné. Projevuje se to zejména ve vztahu k požadavkům na rozvoj pohybových schopností a dovedností, formovaných na základě morfologických, funkčních, psychických a jiných předpokladů. Ve sjezdových disciplínách v lyžování, jsou při vrcholové výkonnosti kladeny vysoké nároky na širokou škálu faktorů tělesné výkonnosti, souvisejících s rozsáhlou oblastí pohybových schopností a dovedností.

V současné době se provádí výběr talentované mládeže především na základě empirie a zkušeností trenérů a učitelů. Jednostranné uplatňování tohoto přístupu nemůže

vést k postižení nejdůležitějších předpokladů. Tato skutečnost se zvláště projevuje v lyžování a speciálně ve sjezdových disciplínách.

Vědecky podložený výběr talentované mládeže by měl přihlížet k vytyčeným zásadám vědeckosti výběru, ke stupňovitému výběru a vzrůstající komplexnosti výběru. Jedním z prvních teoretických požadavků vědeckého výběru je analýza a z ní vycházející charakteristika dané činnosti v našem případě sjezdových disciplín.

CHARAKTERISTIKA SJEZDOVÝCH DISCIPLÍN

Z hlediska zájmů veřejnosti jsou sjezdové disciplíny v posledních letech velmi oblíbeným a rozšířeným sportem. Svým charakterem odpovídají zájmům mládeže, která touží dokázat svoji odvahu a obratnost. Strukturou patří mezi acyklické sporty. Vzhledem k obvykle proměnlivému prostředí a vysoké rychlosti provádění kladou značné nároky na plnění pohybových úkolů v jednotlivých disciplínách. Lze říci, že náročnost na rychlou změnu svalového tónu vedoucího k udržení rovnováhy, rychlou reakci a dokonalou nervosvalovou koordinaci nemá přímou oblibu v jiných sportech. Dá se říci, že motokros a automobilové závody se se svými nároky přibližují sjezdu na lyžích.

Sportovní výkon ve sjezdových disciplínách můžeme považovat za ucelený systém mající svou vlastní strukturu, danou určitým uspořádáním faktorů a jejich vzájemných vztahů. Na základě nároků sjezdových disciplín se můžeme pokusit o vymezení teoretických modelů optimálních vlastností sjezdaře doplněného poznatky a zkušenostmi z tréninkové praxe.

Výkony ve sjezdových disciplínách můžeme souhrnně charakterizovat jako výkony převážně **rychlostně silového charakteru**. Sjezdové disciplíny řadíme do typu výkonů, které jsou spojené s ovládnutím náčiní v neustále proměnlivých podmínkách, faktory ovlivňující výkon ve sjezdových disciplínách se promítají v kombinacích pohybových struktur, které jsou charakteristické svojí dynamičností při sportovním výkonu. Předpokládáme, že struktura faktorů se bude měnit a přizpůsobovat ve vztahu k věkovým zvláštnostem mládeže. Souvisí to s procesem neustálého zdokonalování, jehož výsledkem je růst úrovně sportovní výkonnosti.

V poslední době se ukazuje, že světoví sjezdaři se specializují na jednotlivé disciplíny, tj. sjezd, slalom a obří slalom a jsou také především v těchto specializovaných disciplínách úspěšní. Z toho je zřejmé, že jednotlivé disciplíny kladou při zdánlivě vnější příbuznosti pohybových struktur péče jen rozdílné nároky na odpovídající funkce organismu. Je skutečností, že jen několik výjimečných jedinců zvládlo jemné odlišnosti speciálních pohybových úkolů zejména při provádění oblouku ve slalomu, obřím slalomu a sjezdu v různých rychlostech na různých skloněch svahů a při rozdílných poloměrech.

Z uvedeného vyplývá, že pro jednotlivé sjezdové disciplíny je třeba mít vrozené dispozice a předpoklady pro získávání nových specifických schopností, které jsou podle odborníků rozhodující. Toto je obtížné zjistit nejen pro celkovou složitost problematiky, ale také proto, že není možné podrobit šetření přední světové sjezdaře. Při další charakteristice budeme proto vycházet z prací jiných autorů, z názorů předních trenérů a dalších odborníků.

NÁROKY SJEZDOVÝCH DISCIPLÍN NA SPORTOVCE

Nároky sjezdových disciplín na sportovce posuzujeme v našem příspěvku především z následujících hledisek:

PEDAGOGICKÉ HLEDISKO

Z pedagogického pohledu bychom měli u začínající mládeže především zdůraznit potřebu vytvoření návyku pro tréninkový režim a vědomě působit na formování schopnosti soutěžit.

Důležitým faktorem v rozvoji osobnosti sjezdaře jsou **charakterové rysy**. Projevují se v takových ukazatelích jako je:

- sebekritičnost, sebedůvěra, sebevědomí
- samostatnost, poctivost, svědomitost, trpělivost
- cílevědomost, soutěživost, bojovnost, vytrvalost.

Pro úspěšnost ve sjezdových disciplínách je důležitá stabilita a vyváženost všech vlastností. Je nesporné, že výkonný sjezdař potřebuje mít také základní vědomosti zejména o vlastnostech lyží, sněhu, vosků, o teorii zatáčení



Sjezdařská mládež i v letních táborech nacvičuje správné držení těla při projíždění branek

na lyžích atp. Dokonalá znalost nároků disciplíny i rysů osobnosti sjezdaře umožní racionalizaci výchovného procesu mládeže. Zde je nutno uplatnit znalosti věkových a vývojových zvláštností v procesu učení.

Sjezdové disciplíny kladou vysoké nároky na **sociabilitu** sportovce. Sociabilitou zde rozumíme vhodné začlenění do struktury sociálních vazeb kolektivu.

PSYCHOLOGICKÉ HLEDISKO

Z hlediska **psychologického** jsou kladeny požadavky především na:

- schopnost vyrovnat se s předstartovním stavem (zvláště ve sjezdu)
- schopnost rychlého rozhodování při řešení okamžité traťové situace
- schopnost přiměřeného riskování (především ve sjezdu).

Jedním ze základních požadavků úspěšného provádění sjezdových disciplín je dostatečná motivace k tréninku a závodění, k překonávání obtížností vyplývajících z různorodosti terénu, trať, sněhu apod. Složkami motivace jsou vztahy k horské přírodě, aspirační úroveň a další.

Velká různorodost a obtížnost nároků sjezdových disciplín vyžaduje, aby byl sjezdař **všestranně tělesně a duševně** vospělý a zdravý, což je předpokladem **rezistence** proti nepříznivým vlivům a schopnosti aklimatizace ve vysokohorském prostředí. S tím souvisí také schopnost odolávat tréninkové zátěži. Sjezdař musí mít vysokou individuální hladinu tolerance vůči proměnlivým situacím na závodních traťkách.

Důležitou roli má typ či temperament sportovce, který do značné míry podmiňuje rysy činnosti v tréninku i v soutěži. Jde o schopnost odolávat **frustraci** i o emoční stabilitu, což umožňuje absolvovat trénink a zejména závod s maximálním úsilím, bez pocitů deprese a strachu.

Výkon sjezdaře klade značné nároky na schopnosti **senzorické** a to vnímání (kinestetická čivost, orientace v prostoru, přizpůsobivost nerovnostem terénu apod.) a vlastnosti pozornosti, tj. soustředění při projíždění slalomových branek, při přenášení váhy z jedné lyže na druhou a při rozdílné práci dolních končetin apod.

Intelektuální schopnosti jsou předpokladem pro předvídání a rychlé rozhodování (např. při projíždění terénních zlomů při sjezdu), řešení koncepcí brankových sestav, individuální zvládnutí oblouku apod. Mají velkou úlohu při vytváření postojů sportovce, zejména k tréninku a soutěžení.

Činnost svalstva je řízená signály z centrální nervové soustavy, přičemž při řízení orgánů [kinestezie, zrak, sluch atd.] můžeme předpokládat, že v centrální nervové soustavě se během procesu učení vytvářejí programovatelné pohybové vzorce, které jsou potřebné pro další a rychlejší zvládnutí nových (složitějších) pohybových dovedností (Fukuoka 1971).

Velká zásoba těchto vzorců pohybových dovedností a jejich optimální kombinace a programování ve vztahu k plnění pohybových úkolů charakterizují vrcholovou úroveň ve sjezdových disciplínách.

Z funkčních svalových skupin jsou všestranně zatěžovány antigravitační svaly, svalstvo zádové, pletencek ramení, svalstvo břišní i svalstvo dolních končetin (Bogdálka 1963).

Posuzováno z hlediska komplexních pohybových schopností se klade důraz na jednotlivé oblasti v tomto pořadí:

- oblast silových schopností — síla výbušná, dynamická, statická, speciálně vytrvalostní projev síly;
- oblast rychlostních schopností — výběrová doba reakce, rychlost pohybu;
- oblast obratnosti — rovnováha, prostorová orientace, koordinace pohybu;
- oblast vytrvalostních schopností — rychlostně silová vytrvalost, obecná vytrvalost;

Zvládnutí složitých pohybových struktur ve slalomu a obřím slalomu vyžaduje rovněž schopnosti, které bychom mohli nazvat spíše psychomotorické. Jsou to:

- smysl pro rytmus
- senzomotorická koordinace, tj. pohybová plastičnost, pružnost, obratnost;
- kinestetická citlivost, jemná diferenciacie pohybu, tj. pohybová přesnost a jistota.

Regulace pohybových činností předpokládá rozvinuté intelektuální schopnosti, které v integraci se senzomotorickými schopnostmi tvoří tzv. senzomotorickou inteligenci. Jde především:

- o schopnost zapamatovat si skladbu slalomových branek a obtížných míst na sjezdové trati
- o myšlení jako prostředek osvojení a využití vědomostí a dovedností.

Z hlediska funkčního, kladou sjezdové disciplíny vedle nároků na nervosvalové funkce i požadavky na funkce kardio-respirační. Údaje kardio-respiračních funkcí svědčí o tom, že vybrané ukazatele dosahují vysoké hodnoty, které charakterizují práci submaximální intenzity. Ventilace plic při sjezdech docíluje hodnoty 109 l/min., spotřeba kyslíku činí 2,8 l/min., kyslíkový dluh 119 ml/kg, tepová frekvence 170 min. Anaerobní komponenta energetických změn na hodnotu 46—49 % a je výraznější ve slalomu.

Přibližné hodnoty energetických změn ve slalomu je 35—45 kcal a při obřím slalomu 65—70 kcal (Zima 1972).

Vinařický (1962) naměřil při ventilometrickém měření výdej energie při volné jízdě 1000—1200 kcal/h, při sjezdu 1800—2200 kcal za h. Největší spotřeba energie byla zjištěna u slalomu 2200—2650 kcal/h. Je třeba si uvědomit, že v tréninku sjezdař absolvuje jednotlivé tratě několikrát (10—15), to znamená, že při tréninku slalomu výdej energie je 350—550 kcal.

Požadavky na tělesné vlastnosti (somatotyp) zatím nebyly jednoznačně stanovené. Přestože přední světoví sjezdaři mají značné rozdíly v somatotypických ukazatelích, ukazuje, že somatotyp se přibližuje k hodnotám sprinterů (výška okolo 175 cm, váha 70—75 kg).

ZÁVĚRY

- Ze studia literárních pramenů se ukazuje, že přesné vymezení nároků sjezdových disciplín na sportovce není dosud možné podložit větším množstvím experimentálních údajů. Dosavadní charakteristiky vycházejí spíše ze spekulativního přístupu více či méně podloženého poznatky z praxe.
- Pro zpřesnění základních výchozích údajů pro uvedenou charakteristiku je třeba v dalším období dále využívat a propracovat především metody, které nám poskytují bezprostřední informace o plnění pohybových úkolů ve sjezdových disciplínách. Příkladem takového přístupu mohou být u nás např. práce Bogdálka, Novosada, Potměšila, Příbramského a kol. aj.

TADEÁŠ BRODA, FTVS UK Praha

Tréninková střediska mládeže v lyžování zahajují

Výběr sportovně talentované mládeže pro lyžování i péče o ni stojí v posledních několika letech v popředí zájmu trenérů, funkcionářů i samotných rodičů. Od dubna letošního roku se začínají realizovat dlouho očekávané změny, které mají přinést zkvalitnění dosavadní péče jak ve smyslu trenérského zajištění, tak i finančních podmínek. Byly zrušeny ústřední sportovní základny a sekretariát ČÚV ČSTV schválil zřízení tréninkových středisek mládeže (TSM) celkem ve 22 sportovních odvětvích, mezi nimi i 17 TSM v lyžování.

Jedná se zatím o první etapu realizace TSM do konce letošního roku, další lyžařská střediska (2—3) zahájí činnost v příštím roce a v dalších letech. V současné době začínají pracovat tato TSM (v závorce uveden trenér a disciplína): Strakonice (V. Půbal - běh, sjezd), Vimperk (J. Tůma - běh), Domažlice (G. Koubek - běh), Jablonec (H. Šikolová - všechny disciplíny), Ústí nad Labem (J. Holinger - sjezd), Liberec (K. Hampl - všechny disciplíny), Tanvald (M. Strnádek - všechny disciplíny), Vrchlabí (J. Vojtíšek - všechny disciplíny), Jilemnice (V. Mečíř - běh), Harrachov (A. Lenemayer - běh, skok, závod sdružený), Pec - Jánské Lázně (A. Mezera - sjezd), Nové Město na Moravě (S. Kopřiva - všechny disciplíny), Rožnov pod Radhoštěm (Z. Solanský - všechny disciplíny), Ostrava (J. Lučka - sjezd).

Další schválená střediska (Trutnov, Karlovy Vary a Bruntál) zahájí činnost tehdy, jestliže se podaří zajistit trenéra z povolání. Zatím je reálná

naděje v Trutnově, kde má nastoupit od 1. 9. B. Novák.

Současně se zahájením činnosti TSM končí péče o talentovanou mládež formou národních družstev, se kterými se v nové koncepci výběru a péče o talentovanou mládež nepočítá.

Stejně jako v minulosti spočívá těžiště práce s mládeží v lyžařských oddílech TJ. Odtud jsou vybírání talentovaní jedinci do sportovních tříd lyžování ZDS (v místech, kde pracují) nebo do TSM (kde nejsou v blízkosti sportovní třídy). Pro výběr jsou v současné době zpracována kritéria, která zahrnují do výběrového řízení nejen momentální úroveň výkonnosti, ale i celou řadu dalších důležitých aspektů (věk, úroveň obecné a speciální tělesné připravenosti, předpoklady dalšího výkonnostního růstu apod.). Podobná kritéria jsou již zpracována pro další úroveň systému péče o talenty, pro střediska vrcholového sportu mládeže (SVS-M), kam počítáme že přejdou nejlepší z národních družstev, kteří splňují

kritéria a budou mít zájem o podmínky, které jim budou doci v nejbližší době nabídnout SVS-M ve Vrchlabí, Novém Městě na Moravě, Liberci a Jablonci. SVS-M jsou článkem, řízeným oddělením vrcholového sportu ÚV ČSTV.

Pokud jde o návaznost popsaných článků výkonnostního a vrcholového sportu, lze říci, že zhruba ve věku 10—15 let se starají o lyžařský potěr sportovní třídy. Tam kde nejsou, tak TSM, která pečují o mládež do 18 let. Do tohoto věku někteří splní kritéria pro zařazení do vrcholového střediska mládeže nebo dospělých, nebo odcházejí z TSM do péče lyžařského oddílu.

Pro zařizování a činnost TSM platí směrnice ČÚV ČSTV č. 1/1975, které v obecných rovinách řeší problematiku TSM. Posláním TSM je soustřeďovat sportovně nadanou mládež z místa a nejbližšího okolí a zabezpečovat její výchovu a sportovní přípravu na vysoké odborné úrovni. O jejich zřizování rozhoduje sekretariát ČÚV ČSTV na základě návrhu nově zřízeného odboru pro sportovně talentovanou mládež ČÚV ČSTV, který řídí a kontroluje práci TSM a jejich trenérů. Vedoucím odboru sportovně talentované mládeže byl jmenován s. Fáček, metodikem pro lyžování s. Sauer. Tento odbor projednává návrhy na nová TSM s výborem svazu lyžování,

který je pro odbor partnerem při řešení otázek odborných, metodických, tréninkových apod. Rozdělování finančních prostředků, hodnocení TSM a jejich trenérů a veškeré organizační záležitosti, které doposud řešil svaz, spadají do kompetence odboru sportovně talentované mládeže a je tedy naděje, že bude mít svaz více možností ovlivňovat činnost TSM v oblasti, která mu přísluší, to je v oblasti kvality tréninkového procesu.

V čele TSM je vedoucí trenér z povolání, dalšími pracovníky jsou dobrovolní trenéři jednotlivých disciplín, lékař a organizačně hospodářský pracovník. Ve velkých TSM může pracovat více trenérů z povolání. Tito pracovníci tvoří tzv. radu TSM ještě spolu s představitelem TJ, při které je středisko zřízeno, případně s členem metodické komise OV (MV) ČSTV. Rada je poradním orgánem vedoucího trenéra a spolurozhoduje v zásadních otázkách činnosti TSM.

Návrh na zařazení do TSM provádí každoročně vedoucí trenér na základě kritérií a po projednání v radě TSM jej předkládá ke schválení výboru svazu lyžování, který jej se svým vyjádřením postoupí odboru pro sportovně talentovanou mládež ČUV ČSTV. Stejně tak vyřazení sportovce z péče pro neplnění požadavků nebo z jiných důvodů projedná nejprve rada a svaz, který po schválení oznámí své rozhodnutí odboru.

Členové TSM startují v soutěžích za svou mateřskou TJ, která je rovněž na tyto soutěže vysílá. V TSM jsou obvykle sdruženi členové více TJ z takové oblasti, aby se mohli zúčastňovat pravidelně akcí pořádaných TSM v průběhu celého roku. Nebude tedy trpěno pouze formální členství jako v minulosti v lyžařských základnách.

Rovněž kompetence v řízení trenérů z povolání se poněkud vyjasní, neboť nebudou v žádném případě uvolňováni pro práci s reprezentačními ani jinými družstvy a budou pracovat pouze v TSM. Pro svou činnost zde budou mít k dispozici zhruba desetkrát větší dotaci nežli v minulosti lyžařské základny.

Je pochopitelné, že jako v případě každé nové věci i zde se vyskytuje již nyní celá řada pořízů a nemálo nás jich ještě v budoucnu očekává. Směrnice pro činnost TSM je zatím velmi

rámcová a musí pochopitelně postihnout nejrůznější sportovní odvětví, ve kterých jsou TSM zřizována. Víme dobře, jaké často značně náročné podmínky lyžování vyžaduje, zejména chceme-li dosáhnout optimálních výsledků.

Hlavním problémem, který v současné době řešíme, je zařazení pokud možno všech talentovaných jedinců, kteří mají na členství v TSM nárok, do některého střediska. Nebo se snažíme nějakým jiným způsobem zajistit péči na úrovni odpovídající podmínkám TSM. Problém spočívá v tom, že ani v současné době ani v budoucnu nebude možné vybudovat takovou síť TSM, která by územně pokryla celou naši republiku.

Při návrhu rozmístění TSM jsme vycházeli z názoru, že v místech kde pracovaly ústřední lyžařské základny existují pro činnost TSM příznivé podmínky a proto jsme navrhli TSM především v místech základen. Nemałym důvodem je i kádr trenérů z povolání, kteří jen těžko mohou přecházet z místa na místo. Dále byla navržena místa, kde je na dobré úrovni práce s mládeží a kde se již objevují první výsledky. Rovněž jsme měli zájem vyřešit návaznost sportovních tříd na TSM, aby byla zajištěna péče o talenty po ukončení ZDS. V neposlední řadě rozhodovalo, zda zájemci o zřízení TSM včas a v požadovaném rozsahu zpracovali a předali svým nadřízeným orgánům žádost o zřízení TSM. Rovněž je pochopitelné, že nelze zřizovat střediska všude tam, kde se objeví čtyři nebo pět nadějných jedinců. Domníváme se, že celkový počet okolo dvaceti TSM lyžování po dobudování sítě během dvou let bude pro území ČR optimální.

Otázka nemožnosti zařadit některé talenty do péče TSM protože v blízkosti žádné nepracuje je tedy velmi palčivá i když se nedotýká velkého procenta nadějí a je reálný předpoklad, že s postupující dobrou prací TSM bude těchto případů stále méně. Snažíme se pro některé disciplíny vyřešit tento problém zřízením dislokovaných pracovišť, při některých TSM, která budou řízena vedoucím trenérem, prostřednictvím dobrovolného trenéra a budou sdružovat mládež, která by se jinak na činnosti TSM nemohla podílet. Například v Novém

Městě na Moravě nejsou podmínky pro sjezdové disciplíny, proto bude při tomto středisku zřízeno dislokované pracoviště pro sjezdaře pravděpodobně v Gottwaldově nebo jinde.

Máme snahu, aby se v jednom TSM pěstovaly pokud možno všechny disciplíny za předpokladu, že jsou k tomu podmínky. Trenér z povolání může zvládnout obvykle pouze jednu disciplínu, je však zapotřebí, aby zajistil kvalifikované trenéry i pro ostatní, jestliže je to možné z hlediska podmínek a úrovně výkonnosti. Podle počtu disciplín a počtu svěřenců budou samozřejmě také přidělovány prostředky na činnost.

Pro sjezdaře ve věku 6.—9. třídy ZDS, kteří nemohou být zahrnuti do péče TSM protože v blízkosti nepracuje, bude např. možné se připravovat formou dlouhodobého soustředění v internátní škole ve Špindlerově Mlýně, která bude určena pouze nečlenům TSM.

Budeme se snažit, aby jak trenéři, tak i jejich svěřenci byli ve svém tréninku co nejméně ovlivňováni jakoukoliv činností mimo středisko. Trenéři budou za svou práci hodnoceni podle toho, kolik jejich svěřenců splní kritéria pro zařazení do vrcholového střediska. Bude proto v jejich zájmu, aby se svými svěřenci pracovali pravidelně v průběhu celého roku a zejména v přípravném a v začátku hlavního období, při tréninku na sněhu. Jmenování jakýchkoli družstev s dalšími trenéry by kontinuitu tréninkového procesu v TSM narušilo, nehledě na to, že podmínky ve střediscích jsou na takové úrovni, jakou výbor Svazu lyžování ČUV ČSTV nemá možnost pro vybraná družstva zajistit.

Realizace moderního systému péče o talenty si vyžadá velké pracovní úsilí celé řady funkcionářů a trenérů na všech stupních. Bude zapotřebí překonávat mnoho lokálních a patriotických zájmů, bude zapotřebí také důkladné informovanosti všech, kteří chtějí v této oblasti argumentovat. Konečně bude nutné, aby v souladu s uvedenými změnami se zkvalitnila práce trenérských rad, komisí mládeže a zdravotních komisí, které by měly být TSM účinným pomocníkem v jejich činnosti.

JAN MARŠÍK

Lyžařská škola mládeže na Špičáku

Péče o sportovně talentovanou mládež je jedním ze zásadních úkolů ČSTV. Vznikají střediska vrcholového sportu dospělých i mládeže, tréninková střediska mládeže, jsou zkušenosti ze sportovních tříd. Snaha o hledání neoptimálnějších možností pro práci s mládeží dává často vzniknout i dalším specificky lokálním formám.

Vzhledem k dobrým podmínkám, které se v poslední době podařilo vytvořit pro lyžování na Špičáku na Šumavě, zřídil OV ČSTV v Klatovech ve spolupráci se sportovním střediskem OV ČSTV a celou řadou dalších institucí lyžařskou školu dětí, bydlících v tomto okrese. Lyžařská škola mládeže klatovského okresu (dále LŠM) byla pro první sezónu své činnosti plánována pouze jako dlouhodobé zimní soustředění mládeže, mající určité předpoklady pro závodní lyžování. Všechny lyžařské oddíly klatovského okresu byly na podzim 1974 vyzvány, aby do 15. října oznámily na OV ČSTV jména žáků, narozených v letech 1961—1965, kteří vyhovují požadavkům pro zařazení do LŠM:

1. průměrný školní prospěch 1,5 a lepší
2. výborný zdravotní stav
3. závodní činnost v sezóně 1973—1974.

Protože jsme LŠM organizovali prvně, nevymezili jsme žádná kritéria v oblasti tělesné zdatnosti a ani výkonnost v lyžařských závodech nebo umístění v žebříčku minulé sezóny

jsme nijak blíže nespecifikovali. Do stanoveného termínu přihlásily lyžařské oddíly celkem 29 žáků (7 běžců, 22 sjezdařů). Po upřesnění podrobností odpadli dva běžci. Činnost LŠM byla vymezena statutem, který připravili členové okresní metodické komise a schválilo představenstvo OV ČSTV v Klatovech. Místní děti ze Železné Rudy, Špičáku a Hojsovy Stráže měly ubytování a stravování zajištěno doma u svých rodičů, zúčastňovaly se všech společných tréninků, besed a přednášek. Ostatní děti byly ubytovány v zařízeních OV ČSTV na Špičáku. Převážnou část nákladů, vzniklých s provozem LŠM, hradil OV ČSTV, rodiče dětí připláceli 10 Kčs na jeden den pobytu. Školní docház-

Nejmodernější skokanský areál

Tvrzení, že v Liberci je nejmodernější skokanský areál v ČSSR není přehnané. Není to ještě, ale výcvikové středisko mládeže TJ Slavia VŠST Liberec v bezprostřední blízkosti Vysoké školy strojní a textilní a libereckého výstaviště. Dva skokanské můstky P 15 a P 28 pokryté umělou hmotou umožňují celoroční provoz mladým skokanům a sdruženářům ze širokého okolí. Umělé osvětlení a automatická světelná regulace na nájezdu — s tím se také může pochubit asi málokterý jiný skokanský můstek. Ale „pravý zážrak“ se skrývá uvnitř přilehlé budovy, která slouží jako klubovna, šatna, místnost pro rozhodčí. Je to automatický počítač skokanských výsledků, první svého druhu u nás!

Jen ten, kdo je trochu zasvěcen do složitého výpočtu skoku na lyžích, dokáže ocenit přínos nového počítače vyvinutého 32letým ing. Miroslavem Svobodou, odborným pracovníkem liberecké vysoké školy. Dálkovým přenosem informací zaregistruje počítač dosaženou délku skoku, sám si přepíná od jednotlivých stylových rozhodčích známky, vylučuje nejvyšší a nejnižší a vypočítá výslednou známku každého skoku. Ve druhém hodnotném skoku automaticky přičte výslednou známku prvního skoku a zjistí výslednou známku závodu (přítom může vypočítat samostatně i známku za jednotlivá kola). Doba výpočtu cca 1 vteřina za jedno, dvě vteřiny za obě kola. Ing. M. Svoboda: „Je to dáno starou ‚pomalou‘ instalací, jinak by to



Značení lyží je důležitou součástí všech závodů v běhu. Bývá při něm obvykle nával, jak ukazuje fronta z letošního mistrovství ČSSR v Jizerských horách

muselo být podstatně rychlejší.“

Automatický počítač — jeden z bodů závazku členů Slávie VŠST Liberec k 30. výročí osvobození, byl poprvé předveden veřejnosti v polovině března 1975. Je revoluční novinkou na našich skokanských můstcích (odmyslíme-li si použití počítače při závodech Tatranského poháru). Jeho instalace umožní zvýšit počet závodů v tomto výcvikovém středisku mládeže, usnadní práci při organizaci a výpočtu výsledků, ušetří nervy rozhodčím, podstatně urychlí průběh soutěže.

Není však posledním slovem libereckých lyžařů. V další etapě již totiž pracují na přípravě dálkového ovládní psacího elektrického stroje. Pak bude možné okamžitě psát a rozmnožovat výsledky. A zatím potichu hovoří i o přípravě paměťového způsobu, který by výsledky automaticky seřadil ve výsledné pořadí. To pokud jde o skokanské soutěže. Ing. Svobodovi a jeho spolupracovníku ing.

Kumpoštovi, který má výcvikový areál i výchovu mladých skokanů a sdruženářů v Liberci na starosti, vrtá v hlavě další problém. Příprava digitálního měřicího zařízení pro běžecké soutěže, které zapojeno na zapisovací zařízení, značně usnadní a zpřesní práci rozhodčím běžeckých soutěží.

S výsledkem práce zaměstnanců liberecké Vysoké školy strojní a textilní by se měli v příštím roce již setkat účastníci a diváci soutěží juniorského mistrovství Evropy v klasických disciplínách v Liberci. Ve spolupráci s jabloneckým Nisasporem — ten dodá světelnou tabuli, ovladače pro rozhodčí a světelný panel pro počítače, připravují totiž automatický počítač s mnohonásobně vyšší kapacitou. Na výsledkové tabuli, umístěné ve skokanském areálu na Ještědě, by se pak vždy mělo objevit startovní číslo závodníka, délka skoku v metrech, pět stylových známek a výsledná známka. To vše v rozpětí zhruba jedné vteřiny!

-jk-

ka internátně ubytovaných žáků byla díky pochopení odboru školství ONV v Klatovech a ředitelství ZDS v Železně Rudě bez problémů. Všechny děti, zařazené do LŠM měly vyučování maximálně do 12.30 hod. Žákům 4., 5., 6. a 7. třídy odpadly 4 hodiny, 8. třídy celkem 8 hodin. Všichni vyučující ZDS v Železně Rudě věnovali žákům LŠM zvýšenou pozornost. Ani v prospechu, ani v chování se po celou dobu školy neobjevily zásadní problémy.

Denní řád LŠM vycházel z potřeb plynulého provozu celé akce. Budíček byl v 6.30 hodin, večerka ve 20.30 hodin. Po celou dobu LŠM byly dodržovány základní zásady tělesné a duševní hygieny, během několika prvních dnů zažili žáci sami uvědoměle dodržovat veškerá nařízení a denní řád se stal samozřejmostí. Za svého pobytu v LŠM vyslechly děti přednášku o Horské službě, o Šumavě s diapositivu a absolvovaly řadu vhodných televizních programů. Prohlubování jejich vědomostí z oblasti lyžování bylo zajišťováno filmy, smyčkami a besedami o závodní sjezdářské technice, při kterých bylo využíváno kinogramů, nákrasů a fotografií. Pedagogický dozor vykonával vedoucí LŠM, který byl po celou dobu soustředění uvolněn z pracoviště na gymnáziu v Klatovech. Kromě vedoucího školy pracoval se skupinou sjezdařů další

stálý trenér, který byl po celou zimní sezónu 1974—75 zaměstnancem sportovního střediska OV ČSTV. V některých dnech v týdnu vypomáhali další dva trenéři sjezdových disciplín. Celkem tedy se skupinou sjezdařů pracovali čtyři trenéři. O skupinu běžců se starali dva trenéři, kteří se na jednotlivých trénincích střídali.

Činnost LŠM byla zahájena 25. prosince 1974 a trvala do 28. února 1975. Znamená to 66 dnů, které byly k dispozici pro tréninkový proces. Tréninková náplň byla rámcově stanovena statutem školy, v detailech byla upřesňována podle současných podmínek vždy na jeden týden dopředu. Velikým přínosem v přípravách tréninkového plánu LŠM byla písemná konzultace s vedoucím LŠM ČSR Jiřím Jirsou. Rada poznatků a zkušeností z LŠM ve Špindlerově Mlýně byla využita i v našich podmínkách.

Trénink probíhal každý den odpoledne, začátek byl ve 14 hod. Jezdilo se většinou od 14 do 16 hod. Během celého soustředění se uskutečnilo 44 tréninků, ve zbývajících dnech byly uspořádány kontrolní závody, žáci se dále zúčastnili závodů lyžařských oddílů ČSTV. Některé tréninky odpadly pro krajně nepříznivé počasí. Při přípravě byli sjezdaři rozděleni do dvou družstev. První tvořilo 11 starších chlapců, druhé mladší chlapci a dívky — celkem 11. Při dlouhodobém sou-

středění bylo dosaženo těchto tréninkových výsledků:

1. družstvo: 130 km volné jízdy, 12 km sjezd, 2190 slalomových branek, 913 branek obřího slalomu.

2. družstvo: 130 km volné jízdy, 10 km sjezd, 1649 slalomových branek, 1100 branek obřího slalomu.

V porovnání s celkovým plánem LŠM se podařilo splnit tréninkový objem asi z jedné třetiny. Hlavní příčinou nesplnění plánovaných tréninkových hodnot bylo nedostatečné množství sněhu na sjezdových tratích a krajně nepříznivé povětrnostní podmínky v některých časových úsecích LŠM. Součástí tréninkového procesu byl cyklus kontrolních závodů, nazvaný „Světový pohár“. Od 15. ledna se každou středu uskutečnil kontrolní závod v některé sjezdové disciplíně — celkem 9 závodů. Žáci LŠM dále absolvovali v rámci závodů ČSTV 6 slalomů a 5 obřích slalomů. Především výsledky tří krajských klasifikačních závodů, kterých se žáci LŠM zúčastnili, naznačily, že forma pěče o lyžařskou mládež, zvolená na klatovském okrese, může za dobrých podmínek přinést celkové zvýšení úrovně žákovského lyžování. Z toho důvodu bylo po důkladném rozboru celé akce rozhodnuto uskutečnit na podkladě letošních zkušeností LŠM i v lyžařské sezóně 1975—76.

JOSEF TREML, vedoucí LŠM Špičák



Miloš Duffek

Československá lyžařská obec ztratila významného pracovníka, Miloše Duffeka, člena mezinárodní komise výboru svazu lyžování ÚV ČSTV, který zemřel 5. června 1975 na srdeční obtíže ve věku 66 let.

Jméno Miloše Duffeka je spojeno s historií lyžařského sportu v naší zemi. Československé lyžování ztratilo jeho odchodem neúnavného a obětavého činovníka, který více jak 40 roků pracoval pro jeho rozvoj a jeho současnou světovou úroveň.

Narodil se v Domažlicích. Již v raném dětství jej přitahovaly hory — Šumava. Tam poznal jednoho z pionýrů lyžování — Rudlu Krňoula — tam si také v osmi letech poprvé připlnul lyže. V lyžařském hnutí pracoval od roku 1930. V třicátých letech byl činným v různých funkcích Svazu lyžařů ČSR a ve velmi mladém věku se stal místonáčelníkem svazu. Tuto funkci zastával několik let. Po sjednocení tělovýchovy se Miloš do lyžařského dění zapojil s neúnavnou energií, chutí a přesvědčivostí. Byl dlouhá léta členem předsednictva ústřední sekce lyžování, nejdříve ve funkci předsedy sportovně technické komise, později ve funkci předsedy ústřední trenérské rady. Po té se stal místopředsedou ústřední sekce lyžování a touto funkcí vyplnil poslední léta svého působení v ústřední sekci. Zbytek života zasvětil práci v mezinárodní komisi, kde se věnoval převážně klasickým disciplínám a byl také členem kontrolní a revizní komise.

Okruh zájmů Miloše Duffeka byl rozsáhlý, mimořádné byly i jeho odborné lyžařské znalosti. Byl lyžařským cvičitelem, mezinárodním rozhodčím FIS, lektorem lyžařských rozhodčích, úspěšným organizátorem všech druhů lyžařských závodů, byl činný publicisticky. Pro své odborné znalosti byl znám nejen doma, ale i v zahraničí. Byl Mezinárodní lyžařskou federací nebo pořadatelé častokrát pověřováni výkonem funkce rozhodčího stylu na mezinárodních závodech v cizině. Z pověření FIS „styloval“ v roce 1956 na ZOH v Cortině d'Ampezzo a v roce 1958 na MS v Lahti. V sezóně 1963/64 byl lyžařským svazem NDR pozván jako mezinárodní rozhodčí na vylučovací závody ve skoku pro sestavu německého družstva na ZOH. Byl oblíben u závodníků, které často provázel jako starostlivý a pečlivý vedoucí na mezinárodní závody do SSSR, Skandinávie a do alpských zemí.

Miloš Duffek myslil do posledního dne svého života na budoucnost našeho krásného sportu. Mnohé pro něj také vykonal. Za to mu celé lyžařské hnutí upřímně děkuje. My, kdož jsme s ním dlouhá léta spolupracovali, zachováme jeho jméno ve věčné vzpomínce.

Dr. OTTO KULHÁNEK

účasti žien zo Slovenska v reprezentácii ČSSR. Bežci ostávajú veľa dlhni tradícií. Škoda, že nebol prítomný predseda bežeckého úseku P. Kutlík, a tak správa bežcov bola neúplná a predseda úseku „suploval“ podpredseda VLZ SÚV ČSZTV R. Čillík. Veľa si sľubujú od činnosti ČH Štrbské Pleso, kam chcú prejsť trenéri Tereziček a Balúch. S ich uvoľnením vyslovilo predsedníctvo predbežný súhlas.

Zvykneme hovoriť: najlepšie nakoniec. A výsledky zjazdárov naozaj sú najradostnejšou skutočnosťou. V prvom rade treba spomenúť víťazstvo D. Kuzmanovej v Európskom pohári, ďalej prvé miesto H. Droppovej v obrovskom slalome a celkovej víťazstvo J. Šoltýsovej na Veľkej cene Slovenska. Je tu tiež celý rad úspešných štartov na pretekoch Svetového i Európskeho pohára. Celkovo dobrá a konsolidovaná práca úseku, vedená M. Vydrom, sa odrzkadila hlavne v práci s mládežou. Vo vybraných družstvách žiactva a dorasta vyrastajú rezervy pre výber do reprezentácie ČSSR. Aj keď činnosť týchto družstiev je limitovaná časovými, personálnymi, finančnými a materiálnymi možnosťami zväzu, je dlhodobá koncepcia zameraná — vedľa výchovných aspektov — na zvyšovanie výkonnosti.

Členovia družstva žiactva pod vedením trenérov I. Bražinu, J. Žideka a E. Kováča si počínali veľmi dobre. Svedčí o tom získanie 7 prvých, 4 druhých a 4 tretích miest na Interkritériu, 5 prvých, 7 druhých a 5 tretích miest na majstrovstvách ČSSR, 4. miesto P. Šoltýsa v slalome, 6. miesto Hermánka a 8. miesto Hovorkovej v obrovskom slalome, na neoficiálnych majstrovstvách Európy žiactva v Monte Bondone. Najúspešnejšie si v družstve žiactva vedli: K. Grandtnerová, Hovorková, Hojstričková, Slepícková, Zemková, P. Šoltýs, Hermánek, Pacák, Ledvák, Trnovský a Murárik.

Dobrá prácu odovzdávajú dobrovoľní trenéri dorasteneckých družstiev. Sú to najmä S. Fabián, Ing. P. Šimčák a R. Paoulovič. Je na škodu vecí, že dorastenecký výber už dlhší čas nemá možnosti porovnať svoju výkonnosť so zahraničnými pretekármi. V uplynulej sezóne sa zúčastnili len na juniorkritériu v Špindlerovom Mlýne. Ostáva však skutočnosťou, že v dorasteneckých kategóriách majú slovenskí zjazdári najciteľnejšiu medzeru. Veď nik z nich nebol zaradený do reprezentačných družstiev ČSSR pre budúcu sezónu.

Podobne ako bežci, aj zjazdári majú väčšie úspechy v práci so ženami. Svedčí o tom fakt, že zatiaľ čo v kategórii mužov nezískali ani jediný titul majstra ČSSR, v kategórii žien získala J. Šoltýsová titul vo slalome, zjazde a kombinácii a D. Kuzmanová v obrovskom slalome. U staršieho dorastu sa pýši titulom majstra ČSSR v slalome a v dvojkombinácii T. Gurská a v slalome a dvojkombinácii J. Donovalová. Celkovo z 36 možných titulov získali slovenskí zjazdári 13 titulov a zo 108 možných medailí ich získali 41. Podieľali sa na tom 3 muži, 7 žien, 5 starších dorastencov, 1 mladší dorastenec, 5 starších dorasteniek, 3 mladšie dorastenky, 7 starších žiakov, 5 mladších žiakov, 1 staršia žiačka a 4 mladšie žiačky. -es-

ŽENY VLÁDNU MUŽOM

Bodku za sezónou 1974/75 slovenských lyžiarov dalo zasadnutie rozšíreného predsedníctva Výboru lyžiarskeho zväzu SÚV ČSZTV, ktoré sa zišlo v dňoch 30. a 31. mája v Piešťanoch. Na zasadnutí boli prítomní aj trenéri z povolania a zástupcovia organizačných výborov významných lyžiarskych podujatí.

Úvodom označil predseda zväzu dr. M. Schelling uplynulú sezónu za jednu z najúspešnejších. Slovenskí lyžiarci zvládli náročnú organizačnú úlohu spojenú s prípravou veľkých medzinárodných podujatí. Patrí sem najmä Tatranský pohár, Veľká cena Slovenska a Veľká cena Demänovských jaskýň, obe zaradené do kalendára Európskeho pohára zjazdárov, Bezroukov memoriál, Interkritérium, Biela stopa SNP, Goralský klubík. S mimoriadnym úspechom sa skončil X. kongres Interski a jeho ohlas vo svete len potvrdil, že vieme o nás pripraviť aj tie najnáročnejšie podujatia. Zdá sa, že sme mohli ešte viac toto podujatie využiť na propagáciu našej krajiny, na zvýraznenie podpory telovýchovy zo strany celej socialistickej spoločnosti. Dr. Schelling sa však tiež zamýšľal nad skutočnosťou, že v radoch lyžiarskych organizátorov nám chýba viac mladých ľudí. Starší pomaly odchádzajú a treba sa postarať o novú krv, aby ostala zachovaná kontinuita a aby sa mohli prenášať bohaté skúsenosti

tých starších na mladšiu generáciu lyžiarov.

O práci jednotlivých úsekov referovali ich predsedovia. Je sympatické, že okrem výpočtu úspechov sa nezastavili ani pred otvorenou kritikou do vlastných radov. Platí to najmä o skokanskom úseku. Tu nastal zrejmy ústup z dobrých pozícií slovenského skokanstva. V porovnaní s minulosťou klesla výkonnosť, nastal generačný problém. Príčinu vidia hlavne v tom, že zabudli na výchovu mladých skokanov a prišli sa v minulosti sústrediť na špičku. Tiež niektoré problémy spojené s údržbou mostíkov, s organizáciou pretekov a nedostatok snehu v posledných rokoch zohrali svoju negatívnu rolu. Skokani si uvedomujú tieto fakty a zamerali pozornosť najmä na podchytenie talentovanej mládeže. Nemalé úlohy tu čakajú trenéra Slivku v Banskej Bystrici.

V behoch — pokiaľ ide o výkonnosť — je nadvláda žien. Kus dobrej práce tu odovzdáva základňa v Lipovskom Hrádku. Ukazuje sa to aj na



NASTALA SEZŮNA KOLEČKOVÝCH LYŽÍ

V letním období lyžaři-běžci a sduženáři vyměnili „prkýnka“ za kolečkové lyže. Absolvuji na nich desítky kilometrů a rok od roku přibývá také závodů na kolečkových lyžích. S oblibou se na nich připravují na novou sezónu nejen reprezentanti, ale také mládež. Zatím nám ještě chybějí speciální asfaltové dráhy, jaké mají již v zahraničí, ale i jejich výstavba je plánována. Na prvním obrázku naši přední běžci si prohlížejí nové kolečkové lyže. Zleva Henych, Saidl, Šimon (vzadu), Beran, Kubica a Jarý. Také mistr ČSSR v závodě sduženém František Zeman pilně trénuje na kolečkových lyžích. Na třetím obrázku Jaroslava Kunátová ze sportovní třídy v Jilemnici při závodech mládeže. Na čtvrtém obrázku Fajstavr (vzadu) ostře pronásleduje Kubicu.





lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ ZÁŘÍ 1975 ♦ Kčs 3,— 9



50 let lyžování v Lomnici nad Popelkou



Lyžařský oddíl Technolenu Lomnice nad Popelkou oslavuje letos jubileum padesátiletého trvání. Tento oddíl vychoval řadu čs. reprezentantů a soustavně pečuje o výchovu lyžařské mládeže. Má velkou podporu v městském národním výboru v čele s jeho předsedou Bohuslavem Šonským. Potvrdilo to i letošní zasedání na radnici, jehož se zúčastnil také vedoucí investičního oddělení ÚV ČSTV ing. B. Svášek a místopředseda VSL ÚV ČSTV ing. M. Fiala. Bylo úspěšné a na lomnické můstky se již pokládá umělá hmota. Druhý obrázek ukazuje zájem žactva místní ZDS při besedě s čs. reprezentanty-skokany. Na třetím je dlouholetý předseda oddílu Václav Dlouhý s bývalým mistrem republiky Josefem Císařem, který působí stále jako osvědčený, zkušený funkcionář. Každoročně ve výloze na náměstí se lyžaři Technolenu chlubí úspěchy, dosaženými v uplynulé sezóně. Bylo tomu tak i letos.



Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

●
SPOLUPRÁCE
ČESKOSLOVENSKÝCH
A SOVĚTSKÝCH LYŽAŘŮ

●
AKROBACIE
NA LYŽÍCH

●
LÉTO
ČESKOSLOVENSKÝCH
SJEZDAŘŮ

●
NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY FRITH-
JOF PRYDZ, KTERÝ JE JEDNÍM Z NOR-
SKÝCH UCHAZEČŮ PRO ÚČAST
V DRUŽSTVU SKOKANŮ NA ZOH 1976
V INNSBRUCKU. NA LETOŠNÍM MIS-
TROVSTVÍ SVĚTA V LETECH NA LY-
ŽÍCH NA RAKOUSKÉM KULMU BYL
ČTVRTÝ. — NA ZADNÍ STRANĚ OBÁL-
KY MŮSTEK V LOMNICI NAD POPEL-
KOU, KTERÝ SE V SOUČASNĚ DOBĚ
POKRÝVÁ UMĚLOU HMOTOU A BUDE
ZNAMENAT DALŠÍ MOŽNOST KVA-
LITNÍ LETNÍ PŘÍPRAVY PRO ČS.
SKOKANY

lyžařství

Ročník 61

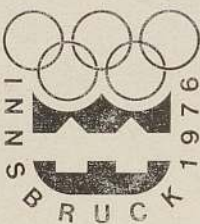
Číslo 9

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janeček. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eidlpes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 5. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 2,50 Kčs. Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 4. srpna 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813

Celý svět se připravuje na ZOH

Nezadržitelně se blíží slavnostní zahájení XII. zimních olympijských her ve středu 2. února 1976 na Bergisel stadiónu v rakouském Innsbrucku. Ve všech zemích, které hrají důležitou úlohu v lyžařských olympijských soutěžích, měli lyžařští reprezentanti letos v létě jen krátký odpočinek. I v lyžování se stává příprava na vrcholné mezinárodní události stále náročnější. Neustále stoupá počet najetých branek, kilometrů, skoků na umělé hmotě a nazdvihaných metrů při posilovacích cvičeních v letním přípravném období. Systematická tréninková práce je stále tvrdší a náročnější a prodloužila se i na letní měsíce. Ty znamenají důležitý základ pro dobré výsledky v předzávoňním a hlavně potom v závodním období.



Zatímco letní příprava na ledovcích bývala výsadou sjezdařů a sjezdařek, v současné době ji plně využívají také běžci, běžkyně a sruženáři a i u skokanů zemí světové špičky je snaha zpřesnit přípravu na můstcích s umělou hmotou s letními tréninky na vysokohorských můstcích. Úspěchy reprezentantů zemí socialistického tábora na posledním mistrovství světa 1974 v klasických disciplínách ve švédském Falunu zásluhou lyžařů a lyžařek NDR, Sovětského svazu a ČSSR vyburcovaly skandinávské země k mimořádnému tréninkovému úsilí před XII. ZOH, což potvrdily výsledky Seveřanů v uplynulé sezóně. Pořádní Rakušané překvapili úspěchy a vybavením svých skokanů. Ve sjezdových disciplínách se dají rovněž očekávat zajímavější boje než na MS 1972 ve Sv. Mořici. Dvanácté zimní olympijské hry v Innsbrucku slibují tedy velkou podívanou a jejich účastníci čeká těžký úkol, aby v nejsilnější světové konkurenci úspěšně reprezentovali své země.

O tom, že jednotlivé lyžařské svazy dělají vše pro úspěšnou přípravu svých závodníků svědčí i některé zprávy zahraničního tisku. Není bez zajímavosti, že závodní sportovní komise Rakouského lyžařského svazu pro přípravu svých sjezdařů v letošním olympijské sezóně zajistila 12,9 miliónu šilinků, což znamená zvýšení o sedm procent. Švédský lyžařský svaz připravil pro své běžce několik letních tréninkových táborů. Hvězda běžec-kého týmu Thomas Magnussen měl jen v dubnu zaslouženou krátkou dovolenou na Kanárských ostrovech. V létě trénoval pravidelně dvě hodiny denně, na podzim zvýšil tyto dávky na čtyři až pět hodin. Švédští běžci mají velký úkol: napravit na ZOH v Innsbrucku slabší výsledky z MS 1972 ve Falunu. Švýcarský lyžařský svaz věnoval velkou péči olympijskému výběru ve sjezdových i klasických disciplínách. Z první tréninkové skupiny sjezdařů byl vyřazen Jakober, nově zařazení Hemmi a R. Berthod, ze žen jsou v první skupině Jägerová, Morerodová, Nadigová, Zurbriggenová. Z běžců tvoří první skupinu Giger, Hauser, Kälin, Renggli a nově Kreuzer a Pfeuti, ze skokanů Bonetti, Grüning, Mösching, Schmid a Steiner. Sjezdaři, skokani i běžci zahájili letní přípravu v červnu. Po dlouhém jednání se Švédským lyžařským svazem podařilo se Švýcarům znovu získat pro přípravu reprezentačního družstva běžců osvědčeného švédského trenéra Lennarta Olssona. Ve Švýcarsku Olsson působil již v letech 1965—1969 a 1971—1974. Nyní po jednoroční trenérské práci se švédskými běžci se znovu vrátil do Švýcarska, kde si od jeho působení hodně slibují.

Trenéři čs. reprezentačních družstev tréninkové plány po zkušenostech z uplynulé sezóny pečlivě připravili. Model předolympijské přípravy byl přehodnocen a jsou předpoklady pro úspěšné vystoupení čs. reprezentantů a reprezentantek lyžování na XII. ZOH 1976 v Innsbrucku, jak to také konstatoval ústřední trenér Zdeněk Remsa. Oddělení vrcholového sportu ÚV ČSTV zajistilo dobré podmínky pro závěrečnou přípravu.

Rozšířil se i počet výcvikových táborů v zahraničí. Sjezdaři a sjezdařky byli nejříve ve francouzském Val d'Isère, sjezdaři si potom vyzkoušeli vodní lyže v jugoslávské Poreči, v srpnu se připravovali na ledovci v Itálii společně se ženami, v září je olympijské družstvo sjezdařů ve Švýcarsku a sjezdařky v Rakousku. Běžci si vyzkoušeli letní sniž v rakouském Dacheinu, kde se v srpnu připravovaly běžkyně. Jugoslávské tělovýchovné středisko v Makarské v září bylo střediskem výcvikového tábora běžkyň a sruženářů. Skokani využívali můstků s umělou hmotou v Tatranské Lomnici, ve Vratislavicích, Rožnově a ve Frenštátě pod Radhoštěm k přípravě a také ostatní čs. týmy měly soustředění ve vhodných domácích terénech.

Vše nasvědčuje tomu, že XII. ZOH 4.—15. února 1976 v Innsbrucku přinesou zajímavé boje a budou velkou sportovní událostí.

JAROSLAV TROUSIL



Georges JOUBERT:

OSOBNÍ KVALITY ÚSPĚŠNÉHO SJEZDAŘE

Posledního, X. kongresu Interski, který se uskutečnil v lednu letošního roku ve Vysokých Tatrách, se vedle řady vynikajících osobností v oblasti lyžařské výuky i závodního lyžování zúčastnil i přelín francouzský teoretik, učitel a trenér Georges Joubert, donedávna technických ředitel závodního lyžování Francouzské lyžařské federace a předseda její sportovní komise, přímý spolupracovník Jeana Vuarneta, autor známých učebnic a literárních prací v oblasti lyžařské pedagogiky.

V průběhu tatranského kongresu se naskytlá příležitost navázat na rozhovor, který měl Georges Joubert s šéfredaktorem časopisu Ski Français, Rogerem Debayem, o některých aspektech moderního sjezdového závodu, které souvisí se sjezdářskou osobností, s některými jeho psychologickými, fyzickými a charakterovými předpoklady a také s některými prvky jeho technických možností a dovedností. Joubert prozradil, že o těchto problémech se chystá napsat knihu. Poznamenal, že pokud tyto problémy promyslí nebo o nich mluví, tak zatím ještě nikoli systematicky a vyčerpávajícím způsobem, ale spíše formou dílčích pohledů na konkrétní aspekty, které se mu zdají zvláště zajímavé. Zdůraznil také, že toto jeho „zamyšlení nahlas“ vychází zatím především z logických úvah, ale nikoli z vědecky rozpracovaných podkladů. Uvědomuje si proto, že jeho názory jsou v plném rozsahu diskutovatelné, ale že jde právě o to, aby se o těchto aspektech diskutovalo a uvažovalo trochu víc. Úzce a stroze pojímaný chladný analytický přístup k technice, taktice a tréninkové metodice v této „královské disciplíně“ alpského lyžování, bez zkoumání zá-

vodnickovy osobnosti a jejich specifických rysů — říká Joubert — vede jednou k nečekané stagnaci ve vývoji určitého závodníka, a někdy dokonce ke stagnaci celých závodnických kolektivů.

Na tento Joubertův názor navazuje hned první otázka:

Pane Jouberte, myslíte si, že je možné vyjmenovat všechny vlastnosti, které musí sjezdař mít, aby se mohl stát špičkovým závodníkem?

Zajisté, je to možné, ale není snadné je všechny definovat. Na jedné straně jsou to vlastnosti patrné a měřitelné. Jiné zase lze vycítovat, odhadovat, zda je závodník má nebo nemá.

Vezměme si jako příklad mladého lyžaře, jehož jízda po sjezdovce nám připomíná typické pohyby a postoje sjezdaře. Když ho tak člověk vidí, okamžitě si řekne: „Podívejme se, z tohoto chlapce by mohl být dobrý sjezdař.“ Má slušný fyzický fond, i když to není výjimečně robustní typ, jeho pohyby jsou uvolněné.

Jindy zase vidíte malého, subtilního hochu s chvatnými, neklidnými pohyby, a řeknete si, že sjezd pravděpodobně nebude jeho silnou stránkou. Tím nechci říci, že by ve sjezdu neměl šanci, ale bude muset usilovně

pracovat. O hodně víc než klidný, tichý chlapec, který se navenek nijak zvlášť povahově neprojevuje, ale u kterého se dá odhadnout skrytá síla, schopná explodovat, jakmile zazní povel ke startu.

Ale abych odpověděl zcela konkrétně na váš dotaz, uvedu vám — nikoli v pořadí podle důležitosti — vlastnosti opravdového sjezdaře. Musí mít vrozený cit pro rovnováhu, který — věřte mi, není dán každému. Musí mít smysl pro přesné a účelné pohyby, bleskurychle reagovat na každou situaci a nikdy nepodlehnout panice. A co je velmi důležité, musí umět předvídat, včas rozeznat podstatu obtíže, s níž se bude muset v následujícím okamžiku vypořádat, a podle toho jednat. Nesmí mít strach, ale nesmí zase ignorovat nebezpečí.

Musí mít také onen velký dar nebes, který se jmenuje uvolněnost. Projevuje se pohybovou obratností a schopností přizpůsobit se složité technice. Potom je to především trpělivost, vytrvalost, ctížádost, statečnost a odolnost. Takový mládenec musí být vyzbrojený jak fyzicky, tak i morálně, neboť překonat zklamání je mnohdy těžší, než se vypořádat se zraněním.

Mohl bych vám jmenovat další a další vlastnosti, kterými se vyznačuje dobrý sjezdař, ale je tu jedna, která je podmínkou úspěchu — mít dobrý skluz. K tomuto bodu se ještě vrátím, ale bez této vlastnosti je nemyslitelné počítat ve sjezdu s úspěchem!

Může být někdo sjezdařem živelným, anebo se jím stane tvrdou prací?

Myslím, že některé předem dané vlastnosti jsou předpokladem úspěchu. Bez určitých sjezdařských dispozic to nepůjde. Za těchto předpokladů je potom i tvrdá práce velmi důležitá.

U lyžaře je možno hovořit o instinktu asi jako u hudebníka o hudebním sluchu nebo u matematika o schopnosti syntézy.

Pane Jouberte, rozlišujete mezi stejně nadanými sjezdaři různé typy, z hlediska fyzického i z hlediska morálního?

Je zřejmé, že sjezdaři, kteří dosahují úctyhodných sportovních výkonů, si nejsou podobní jako vejce vejci. Ale na druhé straně musím říci, že ti, kdo tvoří lyžařskou špičku, jsou si



Seriál snímků špičkových závodníků dobře ilustruje Joubertovy myšlenky. Jsou zachyceni v olympijském sjezdovém závodě v Sapporu, všichni na jednom místě. Záběry nejsou jenom ilustrací techniky, ale při pozorném zkoumání dávají i určitou představu o závodnickové osobnosti, jak ji zdůrazňuje Joubert. Na snímcích 1—6: Bernhard Russi (Švýcarsko), Karl Cordin (Rakousko), Bernard Orcel (Francie), Franz Vogler (NSR), Heini Messner (Rakousko) a Roland Collombin (Švýcarsko)



blízcí svým fyzickým vzezřením. Jsou to mládenci atletických postav, robustní, ale současně velmi obratní a mrštní, přičemž je pro ně jejich váha a síla výhodou.

Závodníci jako Russi, Collombin, Vogler, Cordin, Schranz a další jsou především atleti. A patří sem i ti, kteří vítězili před nimi, jako Killy, Lacroix, Zimmermann, Sailer a Vuarnet.

Ale nebyl Guy Périllat výjimkou z tohoto pravidla?

Ano i ne. Vážil sice o 20 kilo méně než jeho soupeři, ale přesto byl na svou váhu atleticky velmi zdatný a navíc vynikal odvahou a vůlí. Pokud jde o jeho cit pro jízdu, zůstává vzácným příkladem. Dokázal jet téměř na centimetr přesně po linii, po které bylo třeba jet, a téměř se nedopouštěl omylů.

Není tedy vyloučeno, že jednoho dne sjezdař vážící šedesát kilogramů, jako Périllat, porazí některého z dnešních závodníků vážících až devadesát kilogramů?

Kdyby se jezdilo na tratích s výzbrojí jako na začátku šedesátých let, proč ne? V dnešní době je to ale tak, že jsou na tom lépe těžší závodníci.

Věříte, pane Jouberte, v nástup živelných generací sjezdařů? Při této otázce se nelze ubránit vzpomínkám na slavná období Guy Périllata, J. C. Killyho a konečně i B. Russiho.

Než vám odpovím na tuto otázku, rád bych věděl, jestli to myslíte vážně. Takové příklady jsou jeden jako druhý špatné. Jako kdyby tito lidé doslova přišli, viděli a zvítězili a nikdy předtím nic nedělali a ničeho nedosáhli.

Pokud jde o Périllata a jeho úspěch v roce 1961, veřejnost zřejmě nepostřehla, že reprezentoval Francii na mistrovství světa již v roce 1958 a že v roce 1960 ve Squaw Valley získal titul mistra světa.

Vítězství J. C. Killyho v Portillo (1966) bylo výsledkem dlouhé a namáhavé práce. Ve francouzském národním družstvu byl už několik sezón před dosažením titulu mistra světa.

A Bernard Russi? To je obdobný příklad. Ani u něj se nedá říci, že by mu vítězství ve Val Gardēně spadlo s nebe.

Je třeba si uvědomit, že se nikdo nestane mistrem ze dne na den a že každý úspěch je založen na vytrvalé práci, i když toto mravenčí úsilí není pro tisk příliš zajímavé!

Věříte na závodnické štěstí nebo smůlu?

Ještě jsem o tom nepřemýšlel. Ale když o tom uvažuji, docházím k závěru, že ti „smolaři“ jsou stále útíží. Jsou to totiž vždy stejní závodníci, kteří jedou daleko nad svými fyzickými a technickými možnostmi. Nesnaží se nikdy korigovat své chyby, jejichž následkem jsou pády. Moc toho nenatrénují, nedbají o výzbroj, ani o seřízení vázání atd.

Já na smůlu nevěřím. Rozhodně ne, když se opakuje. A pokud jde o štěstí, dá se mu napomáhat tím, že se nepřenechá nic náhodě. Je třeba se spoléhat sám na sebe.

Pane Jouberte, jaký je základní princip sjezdu: a) najít co možná nejkratší linii? ... Maximálně zamezit brzdní? ... Riskovat čím dál víc na obtížných úsecích?

Především bych vyloučil poslední část otázky, neboť riskovat se nevyplácí. Možná že dříve, když byly sjezdy tak dobrodružné jako westerny a odvážlivci si zkracovali cestu mezi stromy nebo skokem přes skály¹, ušetřili tak mnoho času, ale to už je dávno za námi. Obtížné úseky dnes už nejsou příčinou velkých časových rozdílů.



Vyloučil bych i první bod otázky, neboť nejkratší linie neznamená ještě nejkratší čas, a o to právě jde: najít linii, která umožní projet vzdálenost mezi dvěma body v maximálně krátkém čase. Toť vše!

To se ostatně vztahuje k otázce o smůle. Ten, kdo tvrdošíjně sleduje nejkratší linii bez ohledu na to, že jsou tam boule nebo ležavá plotna, ten si o pád přímo říká a pak tvrdí, že měl smůlu.

To je pravda. Zbývá ještě objasnit druhý bod otázky: maximálně zamezit brzdění. Brzdění vzniká dvěma způsoby. Jednak je to činnost prováděná vělomě a z vlastní vůle, potřebujeme-li snížit rychlost, a jednak vzniká nezávisle na naší vůli: třením lyží o sníh a odporem vzduchu.

Je to obsáhlá otázka, která zahrnuje celý problém sjezdu, díváme-li se na něj z hlediska balistiky a gravitace.

Od roku 1956 zdůrazňujeme se Jeanem Vuarnetem důležitost nejlepšího skluzu lyží a nejnemenší odporu

vzduchu. Z toho také vyplývá, že je třeba zaujmout pozici, která jednak co nejvíce snižuje plochu nastavenou odporu vzduchu, a jednak maximálně snižuje tlak lyží na sníh.

Postavení ve vajíčku je opravdu důležité, ale není to všechno. Skluz znamená více. Jeho princip spočívá v umění vést lyže po sněhu tak, aby je nic nezpomalovalo: ani zbytečné zvýšení tlaku způsobené špatnou prací nohou nebo špatným celkovým postojem při přešlýchání boulí, prohlubní či zlomů, ani zbytečné zahranění.

Jak na boulich, tak i při přešlýchání prohlubní, které vyvolává u závodníka nepřijemný pocit, že si kolena vrazí do břicha, musí si sjezdař zachovat jemný cit pro udržení kontaktu se sněhem.

Měl Killy na mysli právě toto, když jednou mluvil o „inteligenci nohou“?

Killy to řekl samozřejmě obrazně, ale má to své opodstatnění.

Je třeba mít vytříbený cit pro vztah mezi lyžemi a sněhem. A tento cit je zároveň předpokladem další vlastnosti: umět se uvolnit v plné jízdě a při maximálním vypětí, ale zůstat přitom naprostým pánem svých pohybů, a to i tehdy, když jsou svaly nohou, svaly stehenní a břišní maximálně zatíženy. Je třeba mít obrovskou rezervu sil, aby se svalstvo nezablokovalo a tělo neztuhlo v určité pozici.

Uvědomte si, kolik je třeba síly, rychlého reagování, aby závodník dokázal vyrovnat sílu několika set kilogramů, která ho přitlačuje ke dnu prohlubně, a aby v dalším zlomku vteřiny s odlehčenými lyžemi „spolkl“ nohama bouli tak, aby přitom trupem ani nehnul. I to se dá spolu se svalovou silou a rychlostí získat tréninkem. Ale je třeba volit tratě, na kterých může závodník tyto získané vlastnosti také uplatnit.

Pane Jouberte, vysvětlíte nám, proč má váha takový význam ve sjezdu?

Je to otázka týkající se elementární fyziky. Těžké pohyblivé těleso je přitahováno k dolnímu bodu svahu větší silou a má tedy i větší rychlost než lehčí těleso. Tak to vypadá v teorii. Těžký závodník má ale nevýhodu v tom, že nastavuje větší plochu při pronikání vzduchem, a tím je také brzděn více než lehký závodník.

Spočívá snad právě příčina převahy těžkých závodníků nad lehkými v tom, že jsou silnější a lépe vyzbrojeni, aby podstoupili námahu velké rychlosti a zdolali potíže vyplývající z profilu tratě?



¹ Georges Joubert naráží na vítězství Birgera Ruuda v roce 1936, kdy se ještě tratě nevyznačovaly a závodníci sami hledali nejkratší cestu do cíle.



Je to pravda jenom částečně, neboť v obloucích jsou zase těžší závodníci v nevýhodě. O tomto problému by se dalo hovořit velmi dlouho, ale my bohužel nemáme tolik času.

Může být sjezd považován za zkušební test základních kvalit závodníka v alpských disciplínách?

Do jisté míry ano. Je však třeba upřesnit, že tento test se týká jen určité kategorie sjezdařů. To znamená těch, kteří mají to, co by se dalo nazvat vnějšími znaky závodníka: sílu, vytrvalost, odhodlanost a také útočnost a dravost.

Pro ostatní, kteří jsou, abych tak řekl, příliš citliví, nervově citlivější a jejichž budoucností je slalom, by sjezdařské testy nebyly přesným obrazem jejich kvalit.

Nepovažují však za správné držet se pevného schématu. Lyžování je sport, v němž je osobnost závodníka jediným kritériem jeho skutečně objektivního hodnocení. Proto sledují raději celkové chování závodníka, kterého ještě dobře neznám, než abych ho podroboval různým testům, jejichž výsledky pak závod obvykle potvrdí jen částečně.

Pane Jouberte, dá se přejít snadněji od sjezdu ke slalomu než naopak?

Neexistuje žádné pravidlo, podle kterého by se dalo určit, zda se sjezdař může nebo nemůže stát dobrým slalomovým závodníkem a naopak. Vše záleží na jedinci. I když mají obě disciplíny každá svoji techniku a klade se v nich důraz na rozdílné prvky, přesto patří k sobě a jejich příbuznost je zřejmá. Sjezd a slalom nejsou odděleny bariérou, kterou by mohli překonat jenom ti vyvolení. Je to jen otázka fyzických a psychických možností a schopností, které vede trenéra k rozhodnutí zařadit závodníka buď do skupiny sjezd—obří slalom, nebo do skupiny obří slalom—slalom speciál nebo konečně do skupiny sjezd—obří slalom—slalom.

Průměrné rychlosti ve sjezdu stále vzrůstají, a to i na tratích, na nichž se závodí již mnoho let. Mohl

byste nám říci, čemu vděčíme za tento pokrok?

Příčin je několik. Jednak je to díky lepší úpravě tratí, které mají bezvadný hladký povrch. Jejich trasy a profily jsou vylepšeny. Tratě jsou širší, zatáčky upraveny, boule uhlazeny, a potom díky neustálému zdokonalování výzbroje a výstroje. Dnešní lyže se vůbec nedají srovnat s dřívějšími dřevěnými, ani boty a vázání, které má neocenitelnou přednost, že dokáže uvolnit lyži v případě pádu. Výstroj zase snižuje odpor vzduchu na minimum.

Dnešní kvalitní trať, upravovaná stále modernějšími stroji, zbavená různých nebezpečných nástrah, jako jsou stromy nebo skály, je přístupná

i sjezdařům, kteří byli v důsledku své tělesné konstituce v nevýhodě na „přirozených“ tratích minulosti.

Srovnání minulosti s přítomností nepřináší ve skutečnosti žádný užitek, neboť vede k podceňování tehdejších borců, třebaže znamenali ve své době mnoho. Pokud se nám jejich technika z á zastaralá, musíme si uvědomit, že to bylo dáno tehdejšími možnostmi materiálního vybavení. Nesmíme zapomenout, že každý z těchto šampiónů minulosti přispěl něčím novým k rozvoji lyžování.

Ještě předtím než se rozloučíme, mohli byste nám říci, jak by podle vás měl vypadat ideální sjezdař?

Shrneme-li vše, co jsme si tady dnes řekli, není problém definovat ideálního sjezdaře. Měl by to být atletický typ s vyvinutým svalstvem, pružný a pohyblivý. Odhodlaný, bez komplexů, vnitřně klidný a vyrovnaný, ale zároveň dravý, ctižádostivý, s touhou bojovat a vítězit. V žádné obtížné situaci nesmí po'lehnot panice. Musí to být jez'ec, který klouže lehce i v okamžiku maximálního výkonu. Samozřejmě bych nechtěl a ani nemohl z něj udělat robota. Musí mít sám zájem o všechno co dělá, zdokonalovat svůj trénink, svůj styl i svůj materiál. Trenér mu pomáhá odstraňovat chyby.

Když jste nám teď kreslil podobu ideálního závodníka, nemáte přitom dojem, že líčíte fenomenální bytost, která stejně nebude nikdy existovat?

Vůbec ne. Jsem přesvědčen, že lze najít více takových sjezdařů. Jenže ti sami nepřijdou, je třeba je objevit, vyjít jim vstříc do klubů a oddílů. Soutěž o pohár Francie ve sjezdu, které se zúčastňuje široká základna i těch nejmladších v klubech, umožňuje vyvolat onu „sjezdařskou atmosféru“, která určitě přinese své ovoce.

Do rozhovoru se zapojila a jeho průběh zaznamenala KATEŘINA BORSKÁ



Neuvěřitelné lyžařské sjezdy

Rádi čteme horory a lechtáme strachem svou duši, hlavně když jsme v bezpečí. V tomto smyslu je pro lyžaře zvlášť dráždivá knížka P. Dreyfuse: Sylvain Saudan, Skieur d'impossible, vydaná francouzským nakladatelstvím Arthaud v roce 1970. I stručný obsah bude zajímat především naše „extrémisty“, kteří hledají „podobná“ povyražení v Kotli, na lavinovém svahu do Labského dolu, v Obřím dole či pod Děrošemi.

Sylvain Saudan se narodil v roce 1936 ve Švýcarsku, kde prožil své dětství v horách. Závodně se zvlášť neprosadil a po třileté práci řidiče se přeposadil plně lyžování jako profesionální učitel. S tímto povoláním projel jako dvacetišestiletý celý svět. Učil lyžování v Aspen (USA) u Steina Eriksena, mistra světa z roku 1954, pak v Austrálii, na Novém Zélandě, ve Skotsku, Francii, Itálii a Švýcarsku. Zde všude se tvrdě a systematicky, ze začátku intuitivně, připravoval na „cestu za poznáním hor a sebe sama“.

Tato cesta začala v roce 1967 ve švýcarské Arose sjetím bezejmenného kuloáru, pokračovala ve Sv. Mořici zdoláním Pic Korvatsch, v masívu Montblancku kuloáru Spencer, Whimper, Gervasutti, všechny ve výšce kolem 3500 m, extrémně těžké a nebezpečné. Jejich průměrný sklon byl 50 stupňů, sníh střídavý, přerušovaný trhlínami a hlubokými průrvami, kde není úkrytu před věčnými lavinami sněhu a kamení. Někdy podle podmínek vystoupil nejdříve kuloárem vzhůru s kamarády, kteří jej příležitostně jistili při prvních obloucích, jindy nastupoval seshora sám, nejistěn a spoléhal na svůj instinkt a zkušenost, že dobře v průběhu předcházejících dní, někdy celých období, o had s jízdnost a relativní bezpečnost kuloáru.

Saudan sám charakterizuje svou touhu, nejprve nezřetelnou: „chci riskovat, ale riskovat metodicky, s určitou opatrností. Seznámil jsem se již v mládí s veškerým nebezpečím hor. Cítím touhu jít stále dál, chci odhalit své hory, ale možná, že s nimi chci odhalit i sám sebe.“ Říkal mu „fanatik hor“. Vymlouval to slovy: „nejsm fanatik, nežiji pro hory, ale nemohu žít bez nich. Žiji s nimi.“ Není lyžařským kaskadérem, za kterého jej mnozí považovali. Odmítl 40 tisíc franků, když měl dabovat ve filmu Jamese Bonda při určitém skoku na lyžích, který považoval za vyložené nebezpečný a bláznivý.

Životospřávu drží příkladnou. Součástí každého jeho extrémního sjezdu je dlouhodobě průzkum, pozorování, sbírání informací, studium meteorologických předpovědí. Technicky se připravuje dlouhodobě vyhledáváním těžkých partií za každého sněhu, v létě lyžuje i mj. na „rododendronových polích“. Na své expedice se obléká běžně jako všichni lyžařští cvičitelé, vlastní sjezd absolvuje jen ve svetru — má tím alespoň malou naději, jak říká, že by jej trochu zbrzdil při pádu proti větrovce, která je „rychlejší“. Boty používá sněrovací, lyže kovové 210 cm bez přesazených hran, vhodné do každého terénu a sněhu; hole o něco delší, vše vysoké kvality, ale běžné výroby. Totéž platí o vázání, které nedotahuje na maximum. V celé knize není jediná zmínka o firmě, jejíž používá výstroj a výstroj, což je

v západním lyžařském světě překvapující.

Na jaře 1969 si stanovil Sylvain Saudan zatím nejtěžší úkol: sjetí kuloáru Marinelli, začínající ve Stříbrném sedle ve výši 4517 m mezi Švýcarskem na západě a Itálií na východě — nejvyšší hraniční sedlo v Evropě. Je pokládán za těžko zdolatelný i horolezcům jak pro sklon, tak především pro nebezpečí pádu kamení a lavin. Jeho zdolání si vyžádalo jak v přípravě, tak ve vlastním sjezdu dosud nejvíce času. Celkem pětkrát nastupoval Saudan z různých stran v dlouhém mezidobí vynuceném špatným počasím, než uspěl.



Odvážný sjezdař Sylvain Saudan

SYLVAINA SAUDANA

Prvně se pokoušel s pětičlennou skupinou z italské strany z alpské vesničky Macugnaga po pětidenním čekání na vhodné počasí. Vyjeli lanovkou a potom pokračovali pěšky přes ledovec Belvedere, ale brzo se museli vzdát výstupu kuloárem opět pro zhoršené počasí, při čemž si výprava ukryla svou zásobu jídla asi ve 3000 m pod příhodný balvan pro příští pokusy. Podruhé nastupoval ze Švýcarska, když chtěl vystoupit do Stříbrného sedla z chaty M. Rosa na tuleních pasech — počasí mu opět nepálo. Právě tak jako na italské straně i zde byl varován místními znalci a horolezci před tímto „zabijáckým“ kuloárem. Potřetí použil se svými dvěma přáteli letadla, které jej vysadilo asi tři hodiny výstupu od Stříbrného sedla. Po vizuálním průzkumu ze sedla se rozhodl, že není možné v současné době sjezd absolvovat. Tento třetí neúspěch odradil i jeho tradiční průvodce o l asistence při dalších pokusech. Sestavil te ly další družstvo a rozhodl se použít malého dvou-sedadlového letadla, které jej vzalo na palubu na Plate Rosa, kam se přesunul lanovkou se svým doprovodem, jakmile byl první příhodný slunečný den. Pilot Saudanovi hned hlásil, že nebude asi možno přistát přímo na Stříbrném sedle. Našel na švýcarské straně polí se lelem malou planinku, na které se snažil dokončit přistání, když je začal směřem ke svahu. Sníh se však velmi bořil a letadlo přistálo na svahu, aniž dosáhlo planinky.

Abyste bylo možno opět odstartovat, Sylvain Saudan musel otočit letadlo za ocas s příkazem pilota, aby se při startu podržel lan na zadních plochách, aby se letadlo při startu nezvrátilo se svahu. Nezabránil tomu však a jakmile se letadlo dostalo na spálenici, překlopilo se a zabořilo vrtulí do sněhu, přičemž Saudan byl katapultován vzhůru. Pilot duchapřítomně vypnul motor, takže vrtule jako zárukem zůstala bez úhony, ale

jedna lyže podvozku se poškodila. Když pak Saudan s pilotem pomocí lana stáhli ocas letadla na zem, začalo po svahu samovolně klouzat. Bylo tedy nutno pro start připravit malou plošinku, což představovalo pro oba dvouhodinovou vysilující práci. Jeden vždy kopal a druhý držel letadlo, aby nesjíždělo. Sylvain Saudan si při této práci neustále opakoval: „Marinelli je v pytli“.

Před startem po prohlídce letadla vyloučil pilot možnost vrátit se pro Saudanovy kamarády a znovu přistát. Sylvain Saudan jim tedy napsal vzkaz: „Za dobrých podmínek sježu, jinak se vrátím normální cestou do chaty M. Rosa.“ Vložil jej do větrovky, kterou měl pilot hodit čekajícím na Plato Rosa. Pak se zavěsil na vzpěry ocasních ploch, pilot nažhavil motor a startoval. Saudan byl vlečen po břiše a když cítil, že se rychlost zvyšuje a že se odlepuje od země, pustil se a v kotrmelcích se zastavil na svahu. Pilot nad ním zakroužil, zamával křídly a zmizel.

Sylvain se snažil dosáhnout Stříbrného sedla pěšky s lyžemi na ramech, ale bořil se až po břiše a proto si obul lyže. To bylo ale také značně namahavé bez tuleních pasů a se spodním tahem. Byl nucen ještě obcházet dlouhou trhlínu a teprve po poledni se dostal do sedla. Velká převěž zabránovala pohledu i vstupu do kuloáru. Chtěl vidět alespoň prvních pár desítek metrů, aby mohl přibližně odhadnout celkový stav. Bez jistění se však na převěž nemohl odvážit, aby ji nestrhl a nespadol s ní. Vylezl tedy na sousední svahy střídavě vlevo a vpravo a odtud postupně zjistil, že prvních padesát metrů je ledových, sklon 50 stupňů, šířka 30—40 m v horní části kuloáru. Zdál se sjezdový. Vrátil se na převěž a na příhodném místě opatrně holí prorazil okno, kterým se utvrdil ve svém rozhodnutí. Prosekal tedy v převěji místo, kudy by mohl do kuloáru vjet, nazul lyže a najed-

nou se cítil tak malinký — bez kamarádů, bez jištění, bez spojení, žizniv a unaven. Jakmile se rozjede, není již cesta zpátky.

Průjezd převějí byl bez problémů a led nad ní byl pokryt asi 4 cm sněhu, který se vlivem slunce spojil se svahelem. Bylo třeba napojit rychle další oblouky dřívě, než se váhavost stane nesnesitelnou. Vtíraly se mu myšlenky, na jakém sklonu svaahu mohou ještě lyže držet, kdy je již svah z hlediska techniky i lyžařského materiálu nesjídný. Závisí to pouze na sklonu, nerozhodují další faktory? Které potom? Připadal si jako výzkumník, který vniká do neznáma. První oblouk byl nesmírně obtížný a cítil, že na něm závisí jeho život. Promítl si v duchu celou délku kuloáru. Postupně se dostal ze širšího svaahu pod sedlem do vlastního kuloáru, kde se nebezpečí zvýšilo — ústily sem malé kuloárky, které tam mohly svést laviny, které neustále hřměly v celé stěně. Nezbyvalo, než se spolehnout na štěstí a pokračovat. Dalších asi 500 m probíhalo v nepřijemném nafoukaném sněhu. Saudan se cítil po prvních obloucích opět dobře, zmobilizoval své síly, když se ocitl tvář v tvář „nepříteli“ a byl si najednou jist, že uspěje. Dělal po sérii oblouků malé přestávky, ale bylo třeba spěchat, především pro nebezpečí lavin. Ve spodní části nebyl kuloár již tak prudký, ale nebylo možno z něho ujet do strany, aby se snížilo nebezpečí lavin. Žízeň měl tak velkou, že při jedné zastávce neodolal zvržení vody, která tekla nedaleko na skále, úplně zapomněl na nebezpečí a pil dlouho a nenasytně. Teprve potom začal cítit únavu v nohou. Viděl již podstatnou část kuloáru nad sebou, ale stále mu ještě hodně zbývalo do konce. Doufal, že ze zásob, které nechal v kuloáru pod kamenem při první výpravě z italské strany, se nasytí. Někdo jí však k jeho velkému zklamání vybral. Konečně po dvou a půl hodinách dorazil na ledovec Belvedere. Počítal, že musel provést asi 2500 oblouků. Bylo třeba překonat ledovec velmi nebezpečný svými trhlinami, které pohltily již mnoho horolezců. Bylo nutno často trhliny obcházet a při přechodu sněžných mostů se spolehnout jen na zkušenost a intuici. Konečně dosáhl morény a odtud šel pěšky na stanici lanovky. Zaměstnanci, kteří ho znali z prvního pobytu na italské straně, na něho hleděli jako na přízrak a hned brali dalekohledy a prohlíželi kuloár. Než se dostal dolů do vesničky Macunaga, zpráva o jeho sjezdu jej již předběhla a obyvatelé ho při příchodu oslavovali. Měl hned rozhovor s novináři. Za nějaký čas potom obdržel cenu, určenou vítězům nad M. Rosou a zlatou medailou turistického výboru v Novare. Trvalo několik dní než se nervově zotavil. Často se budil pod dojmem pádu lavin a zdálo se mu o nekonečných kuloárech, které sjíždí. Za týden ale už spřádal nové plány.

Jako bezprostřední příprava na Eiger byla jehla Bionnasay, satelit Montblancku, vysoká přes 4000 m. Pak přišel konečně Eiger. Pětkrát se Sylvain Saudan připravoval, pozoroval, hodnotil z Grindelwaldu i z Malého Scheideggu, v různých ročních dobách, ráno, v poledne, večer, dokonce i při měsíci. Pětkrát uznal za nezpů-

Tak vypadaly první oblouky při sjetí jehly Bionnasay



sobily severozápadní svah, který se pro zkušeného horolezce pokládá za normální cestu výstupu. Učinil dvě závažná rozhodnutí: Eiger lze sjet pouze v zimě, kdy je dostatečně zasněžený a výstup nutno provést helikoptérou z časových důvodů a aby si šetřil síly na vlastní sjezd.

V lednu 1970, kdy byla na severní straně Eigeru věnována pozornost dvěma výpravám Japonců a jedné Švýcarů, vyzpovídal Saudan při návratu některé členy a ti mu potvrdili jeho názor, že v současné době není Eiger sjídný. Ověřil si to ještě druhý den z helikoptéry. Byl totiž již značně netrpělivý, k čemuž přispívaly stále telefonické i osobní dotazy novinářů, kteří si tuto akci nechtěli nechat ujít.

V únoru napadlo konečně velké množství sněhu a 27. února se Sylvain Saudan znovu objevil na Kleine Scheidegg. Čekal deset dnů, konečně 8. března se čas zlepšil. Objednal helikoptéru ze Sionu a v 10 hodin nasel vedle nádraží zubačky na Kleine Scheidegg. Pilot mu oznámil, že nelze přistát na vrcholu Eigeru pro mlhu. Vysadil jej tedy postupně i s jeho kamarádem v úzkém sedle ve výši 3200 m. Navázali se a na mačkách začali vystupovat. Podmínky byly špatné — velký mráz, kamenitý, nesoudržný svah pokrytý tenkou vrstvou ledu mírně poprášenou sněhem, ve kterém nedržely ani železa, ani cepín. Foukal vítr. Saudan se po 100 metrech přezul z lyžařských bot do pohorek. Po delikátním traversu se dostali na normální výstupovou cestu severozápadním svahem, když tu zaslechli hukot motoru. Byla to neznámá helikoptéra. Saudan usoudil, že je to Japonec Micu Takašaki, který dole čekal na pěkné počasí, aby sjel Eiger a vzal tak jemu prvenství. Volal hned rádiem dolů, ale dostal spojení až za dvacet minut, když helikoptéra se mezitím již vrátila. Kamarádi jej upokojili, že to byl jen vyhlídkový let, protože mezitím zjistili, že se Japonec zamýšleného pokusu vzdal a vrátil se do vlasti. Protože však Saudan viděl,

že by časově neuspěl pro pomalý výstup, požádal svého pilota, aby pro něho přiletěl a pokusil se jej vysadit na vrcholu. Alouette III. vzala zanedlouho Sylvaina pomocí provazového žebříku na palubu.

Na vrcholu Eigeru nešlo přistát. Byl 40–50 m dlouhý, ale pouze 60 cm široký. Bylo třeba za stacionárního letu asi jeden metr nad vrcholem vyskočit, což se podařilo bez problémů a mačky zabránily uklouznutí. Když však pilot házel Saudanovi batoh s lyžařskými botami, málem spadl do propasti, když jej náhlý porыв větru vychýlil a Saudan ho chytil za popruh v poslední chvíli. Zatímco pilot se vracel pro průvodce, Sylvain se přezul. Za chvíli tu byla Vlaštovka (Alouette III.) znovu, Sylvain převzal lyže a průvodce vyskočil. Sylvain Saudan se připravil, nazul lyže, sundal větrovku i čepici a jeho přítel udělal zatím několik snímků, přičemž sundal rukavici a užasl, jaká je zima. Sylvain potvrdil, že mu pilot při vysazování hlásil mráz –28 stupňů C. Na otázku, proč sundává Saudan čepici, odpověděl svému průvodci, že by během sjezdu neslyšel případné laviny.

Tentokrát se nenechal na prvních metrech jistit a hned odstartoval. V průběhu sjezdu si teprve uvědomil, že se zapomněl s přítelem rozloučit, tak byl koncentrován na obtížný sjezd. Prvních padesát metrů bylo snadných. Pak bylo ale nutno jet těsně ve lse severní stěny. Svah byl ledovatý, místy se vynořovaly kameny, sníh zde nedržel a byl neustále smetáván větrem. Bylo zde možno jen sestupovat stranou s bezpečným zaskávaním hran. Patnáct až dvacet metrů mu trvalo více než 10 minut. Po tomto cvičení rovnováhy přišel sníh, který se jevil jako komfortní, ale Saudan poprvé cítil, jak později přiznal, že měl pocit, že mu lyže vůbec nevedou. Sníh tek l a vůbec se na ledové vrstvě neudržel. Saudan pravidelně navazoval asi 15 oblouků, pak

(Dokončení na str. 16)

K SOUČASNÉ PEDAGOGICKÉ PROBLEMATICE LYŽAŘSKÉHO VÝCVIKU

Uplynulý X. ročník Interski 1975 ve Vysokých Tatrách přinesl celou řadu nových poznatků a podnětů, ukázal také na některé aktuální pedagogické problémy lyžařského výcviku. Bylo by zkreslováním situace a ke škodě věci domnívat se, že vážné problémy v lyžařském výcviku neexistují, nebo pokud existují, že jsou jen uměle vyvolávané, že nemají hlubší kořeny apod.

Zlehčený či neujasněný pohled na aktuální problémy lyžařského výcviku pak vede k názorům, že problémy se dají odstranit „administrativní cestou“, že se stačí dohodnout, nařídit apod. a tím se problémy vyřeší. Takové řešení je ovšem „strkání hlavy do písku“, kořeny a příčiny problémů zůstávají nadále. Bez jejich řešení problémy neodstraníme. Např. sjednocení výuky se vidí buď v něčem univerzálním, nebo v kompromisu, případně v prosazování jen o jedině správné cestě atd.

Jedním z nejzávažnějších a nejvíce diskutovaných aktuálních problémů nejen lyžařského výcviku, ale současné pedagogiky vůbec, je otázka učiva, jeho výběru a metodického zpracování. Již v roce 1940 Jiří Jelínek, jedna z vůdčích osobností našeho lyžařského sportu, napsal v příručce Postup základního lyžařského výcviku, kterou vydal Svaz lyžařů v roce 1940: „... Dnes, kdy otázka účelnosti a výběru lyžařské techniky je mnohem jasnější, přistupujeme k tomuto sjednocení nácviku. Jsme si však i dnes vědomi, že vývoj není dosud tak daleko, aby mohl v lyžaření všude platit již jen jediný metodický postup, který by byl dokonalý.“ V současné době u nás i v zahraničí je situace podobná.

S neobyčejným zájmem si vyslechli posluchači přednášku W. Kuchlera z NSR na X. Interski na téma: Základní škola — sjednocení, pluralismus nebo vícekolejnost? Hned v úvodu W. Kuchler uvádí, že „... byla celkem zjevně pochována jedna idea — sjednocení základní školy (základního lyžařského výcviku)“. Nutno dodat, že v průběhu minulých kongresů Interski ukázky jednotlivých delegací ve sjezdovém výcviku se stále více a více podobaly jedna druhé, rozdíly, zpočátku kontrastní (klasická francouzská rotační technika se střetla v čisté podobě s novorakouskou technikou protirotací), se vlivem vývoje závodní sjezdové techniky stále zmenšovaly, až se vlastně ztratily. Rovněž na X. Interski ve Vysokých Tatrách jen velmi pečlivý pozorovatel mohl zjistit sice velký počet různých druhů oblouků, všechny však prováděné jednotlivými delegacemi v principu stejně, jen s rozdílnou mírou uplatnění té nebo oné pohybové složky co do rozsahu, velikosti či rychlosti pohybu. Z těchto důvodů na IX. Interski v Garmisch-Partenkirchenu v roce 1971 došlo k určité dohodě v konkrétní koncepci sjednocení.

Ve svém referátu W. Kuchler pokračuje: „Avšak přes veškerou snahu, a já zdůrazňuji, že nepochybuji o dobré vůli zúčastněných, ještě nikdy nebyly naše názory rozdílnější. Jak se to mohlo stát? Pokud nechyběla dobrá vůle zúčastněných, byla národní ctižádost příliš velká? Mně se zdá, že těžkosti okolo sjednocení jsou především ve věci samé.“ Nezbývá než s W. Kuchlerem souhlasit. Zůstává však otázka, co a jak tedy se sjednocením?

Je nutné si ujasnit následující. V závodním lyžování platí pro úspěšnost sportovního tréninku (tj. včetně techniky a metodiky) v podstatě jedině kritérium, výkon vyjádřený v čase a dosažitelný tou nejúčelnější technikou. Toto kritérium je neúprosným, avšak spravedlivým soudcem. Na jedné straně neúčelná, nevhodná technika se okamžitě projevuje zhoršeným výkonem, na druhé straně každé vylepšení, zdokonalení techniky je okamžitě přejímáno ostatními závodníky. Tímto způsobem se technika lyžování používáná v závodním lyžování vyvíjí, zdokonaluje a ujednocuje.

Hodnocení úspěšnosti lyžařského výcviku je složitější, není zde jediné kritérium. Jednak nelze v lyžařském výcviku dělat selekci, úkolem je naučit co nejširší populaci, zájemce různých dispozic, věků, zájmů atd.

Dále je nezbytné koncipovat a realizovat lyžařský vý-

cvik s maximálním úsilím o bezpečnost, s přihlédnutím ke všem zásadám protitražové prevence.

Diskusní jsou další otázky. Je výhodnější učit se co nejrychleji i za cenu vytváření nedokonalých pohybových dovedností, tzn. co nejrychleji za každou cenu, nebo učit „pomalu“ se zřetelem na plynulý rozvoj lyžařských pohybových dovedností až k jejich dokonalosti? Je žádoucí učit jen některé druhy oblouků, nezbytné k zvládnutí svahu, nebo se zaměřit na všechny známé oblouky a tím dát možnost žákům, aby si vybrali, co jim lépe vyhovuje?

Podobných otázek a dalších bychom mohli položit celou řadu. Lyžování v současné době se prudce rozvíjí a dá se usuzovat, že dosavadní vývoj bude pokračovat stále rychlejším tempem. Lyžařský sport se stává stále výrazněji prostředkem pohybové rekreace. Úroveň lyžařských dovedností se zvyšuje a projevuje se stále větší zájem o jejich zdokonalování a na jejich uplatnění v lyžařské akrobacii. Nadále trvá i úkol realizovat lyžařský výcvik ve smyslu návaznosti základního výcviku na výcvik závodní.

Odpověď na otázku, jak má vypadat jednotný lyžařský výcvik, jednotný učební plán, výcvikový postup není tedy jednoduchá.

Při hledání řešení a uspokojivé odpovědi je nutné vycházet ze současného stavu teorie motorického učení a obracet se k pedagogické vědě.

na POMOC trenérům A cvičitelům

K lepšímu pochopení problému jednotnosti lyžařského výcviku je nutno lyžařský výcvik chápat jako souhrn tří základních složek:

- obsahové stránky (učivo),
- vlastního výcvikového postupu (metodika),
- způsobu provádění (technika).

Uvedené složky jsou od sebe neodělitelné, navzájem spojené a jedna podmiňuje druhou.

Obsahová stránka lyžařského výcviku je otázkou s těžněji.

Řešení problémů, jak volit a určovat výchovně vzdělávací cíle lyžařského výcviku, je činnost složitá a velmi náročná. Obsahová stránka musí být v souladu s cílovou zaměřeností výcviku. Otázka, co a jak vybírat, co a jak učit se musí opírat o znalost cíle a úkolů, které vyplývají ze společenské funkce lyžování a odpovídají socialistickému systému tělesné výchovy a sportu.

Z obecných a abstraktně formulovaných cílů lyžařského výcviku je nutno určovat konkrétní cíle a úkoly se zřetelem na specifické podmínky, které jsou a musí být různé. Odlišné jsou pro lyžování ve školní tělesné výchově, pro rekreační lyžování, pro sportovní lyžování atd. Zde do určování obsahové náplně výcviku vstupují aspekty ideologické, biologické, psychologické a sociální.

Lyžařský výcvik je poplatný cílové zaměřenosti nejen vědomě, ale i „nevědomě“. Např. cílové zaměření alpských lyžařských škol je dáno jejich komerčním zaměřením, které ovlivňuje a jemuž je podřízeno vše ostatní. Pod pojmem nevědomé zaměření lyžařského výcviku chápeme takový výcvik, který bez ohledu na vnější souvislosti napodobuje jiné lyžařské školy, případně podléhá tendencím a tlakům výroby a trhu lyžařského vybavení, podléhá subjektivní orientaci atd.

Ujasnění a upřesnění cílového zaměření lyžařského výcviku je jedinou pomůckou při uplatňování jednotlivých kritérií a míry jejich uplatnění, tj. bezpečnosti, účelnosti, výkonnosti, estetiky, motivace atd.

Stanovení cíle a úkolů a tím jasného cílového zaměření lyžařského výcviku vytváří obsahovou stránku, kterou chápeme jako otevřený systém lyžařských dovedností, tvořící jednotu vybraných souborů či jednotlivých lyžařských cviků. Tento systém má určitou strukturu, návaznost a postupnost, která vyjadřuje vzájemné vztahy jednotlivých částí či prvků v lyžařském výcviku.

Druhá složka lyžařského výcviku tvoří vlastní učební postup, tj. zvládnutí a osvojení si obsahové stránky.

V lyžařském výcviku dominovaly dříve tzv. metodické řady či postupy, které pojímaly lyžařský výcvik jako kauzální následnost a postupnost od jednoho nacvičeného prvku k nacvičování prvku dalšího, tj. jako jednosměrné působení ve směru příčiny a účinku. Z hlediska vytváření pohybových dovedností metodické řady představovaly lineární kontinuitu vytváření dovedností.

Uspořádání vybraných cviků se uskutečňovalo jejich řazením a očíslováním do pořadí (podle stupně jejich obtížnosti ať z hlediska pohybových dovedností či fyziologické náročnosti, nebo podle místa návěku apod.). Řešení lyžařského výcviku tímto způsobem vedlo a vede do slepé uličky.

Hledalo se východisko tím, že se vytvářely různé diferencované metodické řady — pro začátečníky, pro různé věkové kategorie, s různým zaměřením (běh, turistika apod.), pro žáky pohybově nadané a nenadané apod. Jednotlivé metodické řady obsahovaly výčet cviků v různém počtu (cca 18—22).

Již citovaný W. Kuchler na Interski ve Vysokých Tatrách uvedl nový program lyžařského výcviku NSR, který mimo jiné obsahuje pět tzv. modelů základní školy. Jednotlivé modely jsou určeny různým žákům a obsahují více či méně různý výčet různých oblouků. Těchto pět modelů podle Kuchlera má pomoci učitelům lyžování, aby i v základní škole vyučovali univerzálně, funkčně a se zaměřením na žáky. Domnívám se, že toto řešení je jen vylepšením metodických řad a nemůže znamenat podstatný krok vpřed.

Metodické řady byly přirozeně dobrým vodítkem a byly svého času přínosem. V současné době je k dispozici řada nejnovějších poznatků pedagogických vědeckých disciplín, zejména teorie motorického učení, které nám umožňují chápat a realizovat lyžařský výcvik na kvalitativně vyšší úrovni.

Pokud obsahovou stránku výcviku pojímáme jako systémem učiva, pak výcvikový postup označujeme jako proces, který je součástí senzomotorického učení s charakteristickými (specifickými) znaky lyžování. (Tyto charakteristické znaky jsme se snažili popsat v Lyžařství č. 10/1974.)

Hlavními znaky současného lyžařského výcviku je jeho cykličnost s fázickým charakterem, v jehož rámci dochází k postupnému přechodu od kvality nižší v kvalitě vyšší. Cykličnost se projevuje v cyklickém opakování téhož určitého cviku (pohybového prvku), fázovitost pak nácvik jednotlivých cviků na různých postupně se zdokonalujících pohybových úrovních. Tak např. s odšlapováním v elementární formě seznamujeme začínajícího lyžaře, odšlapování ve vyšší rychlosti a v náročnějších terénních podmínkách učíme zdatného lyžaře a odšlapování v různé podobě (například oblouk s odšlapem) je součástí zdokonalování techniky i těch nejvyspělejších závodníků. Jinými slovy řečeno, technická úroveň lyžaře se rozvíjí cyklicky a fázovitě. Při tvorbě učebnímu plánu (výcvikového postupu) se toto pojetí uplatňuje formou tzv. vývojového hlediska. Jeho pomocí členíme lyžařský výcvik na tři výcvikové etapy: základní, speciální a vrcholovou.

K podrobnějšímu výkladu členění lyžařského výcviku na základě vývojového hlediska se vrátíme v některém z příštích čísel Lyžařství.

Zbývá nám zmínit se o třetí složce lyžařského výcviku, tj. o způsobu provádění jednotlivých lyžařských cviků, tj. o jejich technice provedení. Tady je ožehavým problémem zejména otázka techniky zatáčení, která na jedné straně se stále prudce rozvíjí, na druhé straně rozdílně vykládá a nacvičuje.

Není tak obtížné stanovit základní kritéria, jakou techniku učít.

- Je jednotný názor v tom, že úkolem je
- naučit účelnou a jednoduchou techniku,
- která je v souladu s pohybovými znaky současné závodní techniky,
- kterou je možno naučit v relativně krátké době co nejširší populaci (žáky bez zvláštních dispozic a předpokladů),
- s jejíž pomocí lze bezpečně zvládnout středně náročný terén.

Takto obecně formulované úkoly při konkrétním uplatnění v praxi lyžařského výcviku obsahují řadu rozporů v tom, že např. se nacvičují oblouky se zvyšováním i se snižováním, což jedni schvalují, druzí popírají. Existuje rozpor, zda nacvičovat přivrátané oblouky či nikoliv atd. Mohli bychom uvést další podobné názorové rozdíly, které se objevují na domácím i zahraničním sněhu.

Závěrem našeho článku se pokusíme odpovědět na nadhozené otázky. Domníváme se, že další vývoj lyžařského výcviku, československého učebnímu plánu by se měl opírat o jednotu názorů na jeho cílové zaměření, o jednotnost ve stanovení výcvikových cílů. Pokud bude shoda v těchto otázkách, nebude zásadního rozporu ani ve výběru učiva, v obsahové stránce lyžařského výcviku, ani ve výběru způsobu provádění, techniky lyžařských prvků.

Je nutnost ve vlastním učebním postupu při vytváření vybraných lyžařských dovedností je nutno chápat dialekticky. Dialektická koncepce lyžařského výcviku nám umožňuje pochopit paradox, že na jedné straně je žádoucí a mnohdy i nutná objektivní snaha rozvíjet lyžařské dovednosti cestou logické racionalizace, tj. zjevnodušením a zhuštěním postupových operací a tím tvořením vzorového výcvikového postupu — v tom smyslu také jedinečného a jednotného, na druhé straně spíše činnost cvičitele mimo jiné vlivem variabilních podmínek lyžařského výcviku k volnosti v tvorbě výcvikového postupu, k různým pří-

(Pokračování na str. 11)

Hodnocení všeobecné tělesné připravenosti běžců na lyžích

Význam kontrolního měření úrovně tělesné připravenosti jsme připomněli v předchozím článku. Uvedli jsme rovněž baterii kontrolních testů pro hodnocení specifické a tělesné připravenosti. Tato část pojednává o hodnocení všeobecné tělesné připravenosti.

Na první pohled se může zdát, že všeobecná tělesná připravenost má pro speciální výkonnost v běhu na lyžích podružný význam. Je třeba si však uvědomit, že zabezpečení předpokladů trvalého rozvoje všech faktorů speciální výkonnosti nelze dosáhnout pouze speciální přípravou (tzn. např. opakováním vlastního závodního cvičení). Speciální příprava předpokládá a vychází ze všestranného základu a staví na něm.

Toto platí v plné míře nejen u mládeže, ale i u dospělých a dokonce i vrcholových běžců, u kterých byl kladný vztah mezi všeobecnou a speciální výkonností prokázán. V systému přípravy je tedy z tohoto hlediska všeobecná tělesná připravenost základem pro všechny výkonnostní úrovně. Měla by proto vždy v ročních i dlouhodobých cyklech předcházet (to se týká metod i prostředků).

Racionální řízení přípravy nutně vyžaduje informace o úrovni a změnách ukazatelů připravenosti v závislosti na charakteru a zaměření tréninku.

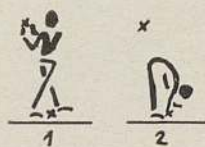
Tyto otázky nabývají na závažnosti proto, že tendence současného tréninku jsou — stále větší objem a specializovanost. To je jistě správné — vyskytuje se však reálné nebezpečí zvláště u mládeže. Ve snaze dosáhnout rychlého zvýšení výkonnosti nedojde k vytvoření dostatečného základu i když může dojít k dočasné akceleraci výkonnosti.

Výsledky takového nesprávného postupu lze spatřovat všude kolem nás — vede ke stagnaci výkonnosti a vytvoření bariér, často ke znechucení a zanechání závodní činnosti. Jednu z hlavních příčin lze spatřovat v neostatečně rozvinutých předpokladech dalšího výkonnostního růstu.

Po zkušenostech s testováním všeobecné tělesné připravenosti u některých reprezentačních družstev jsme použili testovou baterii, kterou u nás používal Štěpnička. Testy jsou standardizovány a je u nich známa spolehlivost, objektivita i faktorová validita.

POPIS A METODIKA MĚŘENÍ:

Test 1 — Předklony s otáčením trupu — testem sledujeme ohebnost a rychlost.



Cvičenec stojí zády ke stěně vzdálen od ní 30—40 cm v mírném stoji rozkročném. Uprostřed spojnice špiček na zemi je značka a na zdi za středem cvičencova těla ve výši ramen je druhá značka. Na pokyn vykonává toto cvičení: hluboký ohnutý před-

klon, prsty se dotknou značky — vzpřím a otočení trupu s dotykem dlaní značky na stěně. Cvičení se provádí opakovaně a co nejrychleji tak, že se trup otáčí střídavě vlevo a vpravo.

Hodnotí se počet dotyků značky na stěně za 20 vteřin.

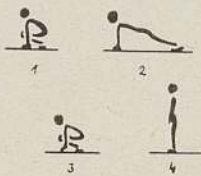
Test 2 — Opakované přednožování vlehu vzadu — testem zjišťujeme dynamickou sílu paží a pletence ramenního.



Leh vzadu, skrčíť vzpažmo zevnitř, ruce v týl, spolucvičenec přidržuje lokty k zemi — přednožit (nohy svírají se zemi úhel 90°) — leh vzadu. Během cvičení nohy uvolněně napjaty. Provádějte v lehu na žiněnce.

Hodnotí se počet správně provedených přednožení za 30 vteřin.

Test 3 — Vzpor dřepmo - ležmo - dřepmo - spoj spojny — testem hodnotíme vytrvalost a flexibilitu.



Stoj spojny - připažit - vzpor dřepmo - odrazem vzpor ležmo - odrazem vzpor dřepmo - stoj spojny, připažit. Po přechodu ze vzporu ležmo se toleruje málo hluboký dřep. Na napřímení trupu však trváme.

Hodnotí se počet celých cyklů za 60 vteřin u mužů, za 45 vteřin u žen.

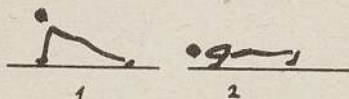
Test 4 — Skok daleký z místa —

testem zjišťujeme explozivní sílu dolních končetin.

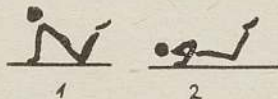
Měříme podle atletických pravidel. Hodnotí se nejdelší skok ze tří pokusů.



Test 5 — Kliky opakované — testem zjišťujeme dynamickou sílu paží a pletence ramenního (natahovačů).



Pro muže — vzpor ležmo - klik ležmo - vzpor ležmo. Trup držet stále toporně, hodnotí se maximální počet kliků bez časového omezení.



Pro ženy — vzpor klečmo toporně (trup a stehna v jedné přímce), bérce zvednuty nad zemí - klik klečmo - vzpor klečmo. Trup během celého cvičení toporně, bérce zvednuty nad zemí. Cvičí se rytmicky bez přestávky. Hodnotí se maximální počet správně provedených kliků bez časového omezení.

Jednotlivé testy se provádějí v uvedeném pořadí, přestávky asi 10 minut. Dbejte vždy na správné a přesné provedení. Doporučujeme provádět nejméně 1X, optimálně 2X za rok — po skončení hlavního období v dubnu a v podzimní části přípravného období v září. Výsledky testů VTP se hodnotí jako celek a vyjadřují pomocí celkového indexu. V pokračování tohoto sdělení uvedeme příslušné bodovací tabulky.

Výsledkem hodnocení je získání obrazu o úrovni VTP běžců, u mládeže o úrovni všestranného základu, u výkonnostních a vrcholových běžců o vlivu specializovaného tréninku. Význam a hodnota se zvyšuje při víceletém srovnání.

Pro orientaci trenérů i závodníků uvádíme průměry některých reprezentančních družstev. Tyto mohou být považovány za výchozí normy. Při dalších měřeních budou zpřesňovány, výkonnostně diferenciovány a počítá se se sestavením bodovacích tabulek.

Družstvo	test 1	2	3	4	5
Žáci starší ČSR	18,7	27,0	31,1	193,8	37,8
Dorostenci starší ČSR	19,4	27,5	32,9	214,8	40,4
Junioři ČSSR	20,0	28,3	33,9	218,6	43,5
Muži ČSSR	21,6	31,7	36,9	235,0	49,8

PhDr. JAROSLAV POTMEŠIL

Využití věkových zvláštností mládeže

při zvyšování sportovní výkonnosti ve sjezdových disciplínách

V našem příspěvku chceme podat stručný přehled poznatků a námětů, které by měly být využity při zvyšování sportovní výkonnosti mládeže ve sjezdových disciplínách. Vycházíme přitom z myšlenky, že „dorůstající dítě a dospívající mládež rozhodně nejsou dospělí ve zmenšeném vyřazení“ (Harre 1971).

Otázky sportovní přípravy mládeže jsou v současné době aktuální v celém světě a poutají zájem tělovýchovných pracovníků i dalších vědeckých oborů (fyziologie, genetiky, psychologie a další). Také četné konference pořádané na toto téma i u nás (Bratislava 1971, Hradec Králové 1972, Praha 1974) svědčí o velkém zájmu o tuto problematiku. Přesto lze konstatovat, že aplikace vědeckých poznatků se neprosazuje dosti rychle.

Na základě teoretických poznatků o výkonnosti sjezdáře a poznatků o vývojových zvláštnostech mládeže se připravuje rozdělení do tří etap: etapa obecné sportovní přípravy, etapa speciální tělesné přípravy a etapa vrcholová.

Než přistoupíme k charakteristice jednotlivých etap sportovní přípravy, chtěli bychom charakterizovat rozvoj základních funkcí a rozvoj pohybových schopností u mládeže do 18 let.

Vymezené období, o kterém jsme se zmínili, spadá do dvou důležitých životních období, kterým se říká prepubertální a pubertální. V této době dochází k velkým změnám v organismu, jež mohou být ovlivněny jednak dědičně založenými předpoklady, jednak změnami ovlivněnými v průběhu života. Změny probíhající v dětském organismu mají fázovitý průběh, ale i když se jednotlivé znaky rozvíjejí nestejně, je pro ně typické, že při správném a zdravém vývoji mají všechny změny neustále vzestupný charakter.

Řada vědeckých pracovníků poukazuje, že vývoj dítěte je ve značné míře závislý na podmínkách, ve kterých žije. Tyto podmínky mohou působit na průběh vývoje jak kladně, tak záporně. Jeden z velmi silných podnětů vnějšího prostředí, ovlivňujících tělesný a duševní vývoj dítěte je **pohybová činnost**. Pro posouzení adekvátnosti působení pohybové činnosti je nutné znát fyziologické rozmezí změn, ke kterým dochází. U mládeže je to pak zvláště důležité z toho důvodu, že funkční změny u dítěte mají zpravidla větší dosah a nesprávně vedená cvičení mohou mít závažnější důsledky než u dospělého člověka.

V další části příspěvku se zmíníme o rozvoji nejdůležitějších faktorů tělesné připravenosti, které jsou z hlediska sjezdových disciplín pro mládež rozhodující.

SVALOVÁ SÍLA

Svalová síla — začíná intenzivněji narůstat po 6.—7. roce, přitom u extenzorů více než u flexorů. V 10—11 letech neexistuje praktický rozdíl mezi svalovou silou chlapců a dívek, ale zvláště výrazný je tento rozdíl ve věku 13—14 a 15—16 let. U dívek byl zjištěn nejrychlejší růst svalové síly v období 13—14 let a u chlapců po 14. roce. Při silové přípravě dívek je nutno respektovat odlišnosti sportovní přípravy např. přetěžování pánevního dna různými cviky, posilování ve stoj rozkročeném atp. Váha používaného náčiní se pohybuje až do jedné třetiny váhy těla. Při posilování je nutno učít děti správně dýchat a kompenzovat zadržet dechu hlubokým dýcháním 1—2 min. Praxe je zatím taková, že se posiluje v závěrečné fázi výcvikové hodiny. Výzkumy v NDR, jež byly provedeny s 11—14letou mládeží, ukázaly, že lepších výsledků bylo dosaženo při posilování v úvodní nebo hlavní části hodiny.

Rychlostní schopnosti — rozvoj těchto schopností má velký význam pro výkon ve sjezdových disciplínách, protože je zde třeba provádět pohyby a přesun vlastního těla po určité dráze v co možná nejkratším čase. Stejně tak jako u jiných schopností bude rozvoj rychlosti podmíněn celou řadou jiných činitelů. Vedoucí úlohu má však při

rozvoji rychlosti nervový systém, neboť rozhodující roli při zvyšování rychlosti má labilita tkání a rychlost obnovení původního stavu před podrážděním. S věkem se zlepšuje latentní doba pohybové reakce. Ve věku 9—11 let pozorujeme značné zkrácení latentní doby, a ve věku 13—14 let již dosahuje úrovně dospělých. Stejně tak do 13—14 let nejméně stoupá rychlost jednoduchých jednorázových pohybů. Rychlost pohybů ve vícekloubním spojení roste v některých případech až do 17—18 let, ale největší přírůstky jsou dosahovány v období 13—14 let. Ze svalových skupin se na větší rychlosti sprintu podílejí především skupiny flexorů a extenzorů kolenního kloubu a vzpřimovače trupu.

Obratnost — k základním faktorům ovlivňujícím vývoj obratnosti patří zdokonalování svalových a kloubních proprioceptorů, vývoj taktálních a zrakových receptorů a složitých reflexních mechanismů, určujících stupeň schopnosti a stupeň přesnosti diferenciací úsilí. Ve věku 14 let již odpovídá stavba inervačního systému stavu dospělých a stejně dokonalá je práce většiny receptorů. Tyto předpoklady dávají značnou možnost k rozvoji obratnosti již od 8—9 let. Obratnost je ve značné míře závislá na ohebnosti a na schopnosti udržet rovnováhu při různých polohách těla. Již před pubertou je možno poznat dítě obratné a pohybově nadané a tuto schopnost je možno dále úspěšně rozvíjet.

Vytrvalost — chápeme ve sjezdových disciplínách jako schopnost absolvovat několikrát po sobě trať v plné rychlosti. Jedná se tu především o vytrvalost statickou (zádového svalstva) a dynamickou (dolních končetin). Schopnost ke statické vytrvalosti se u dětí zlepšuje věkem. Její hraniční hodnoty byly zaznamenány až po 17 letech. Schopnost dynamické vytrvalosti rovněž dosahuje nejvyšší úrovně až po 17 letech. Svědčí o tom výkony dětí v běžeckých disciplínách na 500, 800 i více metrů. Zhoršení vytrvalostní schopnosti nastává u chlapců v období 13—14 let, kdy vrcholí pubescence.

Shrnutí poznatků v oblasti faktorů tělesné připravenosti z hlediska sjezdových disciplín

Z hlediska faktorů výkonnosti ve sjezdových disciplínách je vhodné rozvíjet v etapě obecné sportovní přípravy mezi 7. a 10. rokem především obratnost - rovnováhu a rychlost pohybu. Psychická příprava se zaměřuje na získání návyku pro tréninkový režim, schopnosti soutěžit, na překonávání strachu z rychlosti, terénu a sněhu. Technická a taktická stránka je vyjádřena zvládnutím základních otevřených oblouků a správného vedení lyží v průběhu oblouku.

V etapě sportovního zdokonalování asi ve věku 10—12 let je vhodné rozvíjet všech pohybových schopností. Síla se začíná rozvíjet u dívek dříve než u chlapců. Z hlediska psychických vlastností je nutné vyrovnat se s předstartovním stavem především u sjezdu, psychicky zvládnout nároky vyplývající z jednotlivých disciplín. Dále je třeba rozvíjet schopnost rychlého rozhodování při řešení složité traťové situace a nést riziko při velké rychlosti ve sjezdu. Technická a taktická stránka v tomto období je vyjádřena zvládnutím dlouhého, středního a krátkého oblouku a jejich správného najíždění vzhledem k postavení branek. Období 12—15 let je u dívek postihnuté určitou stagnací rozvoje pohybových schopností i pohybové výkonnosti, což se připisuje působení vývojových změn. Přesto je z hlediska připravenosti nutné zajistit růst předpokladů pozdější výkonnosti. U chlapců naopak dochází k rozvoji především síly, rychlosti a vytrvalosti a zpomaluje se obratnost a ohebnost. Po technické a taktické stránce je toto období vhodné pro rozvoj složitých pohybových a taktických úkolů při řešení všech traťových a terénních situací. Někteří jedinci už v tomto období docilují vrcholových výsledků.

Období 15—20 let představuje vrcholovou etapu rozvoje všech pohybových schopností a po stránce psychické, technické a taktické splňuje všechny předpoklady pro dosahování vrcholových výkonů. Hranice pohybové výkonnosti jsou závislé na individualitě člověka, která se v tomto období výrazně projevuje. Období nejvyšší výkonnosti přechází sjezdařů se pohybuje okolo 18—23 roků. Jisté existují individuální výjimky. Zdá se však, že sjezdař by měl dosahovat evropské úrovně (tj. získávat FIS body v Evropském poháru) už v 17—18 letech.

TADEÁŠ BRODA, FTVS UK Praha

ZÁKLADNÍ ŠKOLA - SJEDNOCENÍ, PLURALISMUS NEBO VÍCEKOLEJNOST?

Pod tímto názvem přednesl Walter Kuchler (NSR) referát na X. Interski. Svědčil o mimořádném zájmu, který věnují lyžařští pracovníci NSR rozpracování pedagogických a didaktických otázek výuky jízdy na lyžích. W. Kuchler úvodem připomíná neúčelnou a nereálnou snahu, která se objevila v nedávné minulosti, totiž důsledně ve světě sjednotit i pedagogické postupy. Konkrétně se to projevoválo především v tendenci sjednotit výběr a rozsah cviků na jednotlivých stupních lyžařské výuky. Autor referátu proti tomu vidí účelnou jednotnost pouze v principu „červené nitě“, tj. především ve vhodném pedagogickém uplatňování současného standardu lyžařské techniky.

Referát je zajímavým informačním materiálem i pro řešení našich otázek teorie výuky lyžování. Proto jej uveřejňujeme v plném znění:

I. SJEDNOCENÍ, KTERÉ SE NEUSKUTEČILO

Na mezinárodním kongresu profesionálních učitelů lyžování v minulém roce v Lichtenštejnsku byla zcela zjevně pochována jedna idea: sjednocení základní školy. V pracovní skupině „základní škola“ na kongresu Interski 1971 v Garmisch-Partenkirchenu došlo k určité dohodě. Na následujících pracovních poradách se zástupci Švýcarska (K. Gamma), Itálie (H. Fink), Francie (Grandjacques) a NSR (E. Gattermann) dohodli ještě na konkrétnější koncepci sjednocení. Avšak přes všechno úsilí — a já zdůrazňuji, že nepochybuji o dobré vůli zúčastněných — byla spodním tónem názorů na kongrese v Lichtenštejnsku myšlenka: Ještě nikdy nebyly naše názory rozdílnější. Jak se to mohlo stát? Jestliže nechyběla dobrá vůle zúčastněných, byla příliš velká národní ctižádost? Mně se zdá, že těžkosti sjednocení tkví především ve věci samé.

II. EXISTUJÍCÍ MODEL Y PRO ZÁKLADNÍ ŠKOLU

Všimněme si některých modelů uplatňovaných v praxi. V rakouské lyžařské škole převládá myšlenka: zaměřit se na vyrovnávací techniku. Pokud jde o Itálii, pozorovatel zjistí: předtočení se uplatňuje již při oblouku v pluhu a při základním oblouku. Pro Francii bych považoval za rozlišující znak rotaci. A německá základní škola? Zahraniční kolegové poukazují při našem základním oblouku vždy znovu na poměrně výrazný vertikální pohyb a na jasně viditelný odraz vnitřní lyže. Dále bych chtěl připomenout starý moršl vylučně snožné jízdy, který se znova dostal do popředí při výuce s lyžemi postupných délek.

Dominující a rozlišující znaky jsou tedy jasné, i když nemůžeme popřít, že každá země může určitě uvést ještě další diferencovanější zdůvodnění pro svoji koncepci základní školy. Jestliže však sledujeme všechny tyto pokusy z hlediska společného jmenovatele, nutně zjistíme, že základní výuka je zaměřena na požadavky výuky na vyšším stupni, že existuje princip červené nitě a princip průpravných a doprovodných cvičení. Poněvadž se v různých zemích klade na vyšší stupeň výcviku různý důraz, musí to zřejmě vést k různým základním školám.

III. DIDAKTICKO-METODICKÁ KRITÉRIA PRO ZÁKLADNÍ ŠKOLU

My v NSR — chcí ještě poznamenat, že naše základní škola vychází do značné míry z oblouku s přestoupením — my jsme v NSR s vlastní situací ne zcela spokojeni. V roce 1971 jsme zejména stanovili: základní škola musí nechat otevřené všechny cesty k dalšímu vývoji, základní škola musí mít pokud možno jednoduchou technickou koncepci, základní škola musí především rychle poskytnout schopnost jízdy v terénu. Proto jsme v minulém roce zvažovali zásadní kritéria pro základní školu a již pro tuto zimu jsme přijali novou koncepci.

Naše kritéria:

1. Do základní školy by se neměly dostat žádné znaky vyššího stupně, které tu ještě nemají skutečnou funkci.

- Pohyb a rychlost jízdy se mají podle možnosti využít jako pomoc při otáčení. Proto je třeba se snažit o brzkou stabilitu postoje.
- Obavy, že se chyby mohou stabilizovat, nesmí vést k tomu, abychom každý nový technický prvek hned nacvičovali až do dokonalého provedení.
- Už s malým množstvím techniky by se měly získat mnohé pohybové zkušenosti. Konkrétněji to znamená: je třeba uplatnit i počáteční dovednosti v různých situacích.
- Mělo by se postupovat od rozsáhlejších pohybů k pohybům jemněji vymezeným.
- Právě základní škola musí být orientována na výukové cíle. Zda se chce například žák stát dokonalým lyžařem, anebo zda potřebuje jen trochu techniku k tomu, aby mohl strávit dovolenou v družné lyžařské společnosti.
- V základní škole se musí především pečlivě zvážit individuální žakovy předpoklady jako je věk, kondice a časové možnosti. Jestliže chceme poskytovat individuální a diferencovanou výuku, pak je to zde a především zde.
- Obsah výuky je přímo závislý na její vnější situaci, na terénu, na sněhu a na počasí. Znovu opakují: je nutno mít připravené různé koncepte.
- Právě v prvních dnech je třeba se vyhýbat vysilujícím „základním postojům“. Tedy žádné příliš důrazné a dlouhotrvající postoje spojené s flexí.
- Pokud jde o zatížení, je třeba dávat přednost zatížení dynamickému před statickým. To ale znamená: pohyb a pohyb dostatečně dimenzovaný.
- Pokud možno brzy je třeba naučit žáky to, co je pro příslušný sport typické. U lyžování to je: klouzání, rychlost, zážitek z hor, ze sněhu atd. To však znamená: žák musí mít pokud možno brzy možnost prožívat to, co je pro lyžování typické a ne jen motorický učební proces.

IV. NOVÁ NĚMECKÁ KONCEPCE ZÁKLADNÍ ŠKOLY

Jsem si vědom toho, že uvedená kritéria se zčásti týkají způsobu a charakteru provádění základní školy, avšak ne vyučované látky. Jaká však musí být náplň výuky, aby odpovídala těmto kritériím?

Naše koncepce je tato: Je důležité, abychom pokud možno brzy dovedli začátečníka na určitou úroveň. Tuto úroveň určuje důvěrné sblížení s výzbrojí, schopnost klouzat se, určitý rozsah stability a ovládnutí rychlosti pro první změny směru oblouku. Jak se této úrovni dosáhne není sice otázkou sekundární, ale přece jen až druhou v pořadí. Jak ukazuje i samo mezinárodní spektrum, nabízejí se nám různé cesty. V každém případě je však nutno postupovat také individuálně. Konkrétně: v závislosti na výukových cílech, na předpokladech žáků a na vnějších podmínkách musíme mít připraveno více způsobů výuky.

Pro NSR platí tento nový program:

1. model základní školy: dosavadní koncepce vyhovuje mnohým žákům. Splňuje kritéria jako jízda, která šetří síly a poskytuje dostatečný rozsah pohybů. Je zaměřená na oblouky s přestoupením. Je to důkladná, ale trochu delší cesta.

2. model základní školy: srozná cesta, která vede k obloukům se zvýšením. Tento již „historický“ přístup je také zachován z učebního plánu z roku 1971.

3. model základní školy: srozná cesta k obloukům se snížením. Od sjezdu přímo přes jízdu přes boule a k obloukům přes boule. Je to krátká cesta pro určité skupiny žáků. Předpokladem je stabilita postoje, dostatečná síla a vhodný terén.

4. model základní školy: zkrácená cesta k obloukům s přestoupením. Příímý přechod k přestupování od oblouků v pluhu. Vhodný pro mladé a sportovní jezdce.

5. model základní školy: krátká cesta k obloukům s přestoupením. Od sjezdu přímo přes odšlapování k obloukům. Pro mladé lyžaře s velkými sportovními předpoklady.

Těchto pět modelů má spolu s metodickým vybavením pomoci našim lyžařským cvičitelům, aby také v základní škole vyučovali univerzálně, funkčně a se zaměřením na žáky.

Sjednocení základní školy ztroskotalo naposled na nedostatečných argumentech a na nesprávném přístupu. Přání, aby se žákům ve všech zemích dostalo stejné výuky, by nemělo přesahovat princip „červené nitě“ nebo dominující techniky. Podle našeho názoru se také nejedná ani tolik o to, aby se žáci v různých zemích sestkali se stejným obloukem v pluhu a se stejným základním obloukem, ale o to, aby v každé zemi našli učitele, kteří jim oblouky v pluhu a základní oblouky ušijí na tělo, kteří dokáží s vyučovanou látkou, s lyžařskými cviky zacházet tak suverénně, že naučí lyžovat každého žáka nejlepším možným způsobem.

Překlad a komentář: dr. JIŘÍ SOUKUP

K současné pedagogické problematice lyžařského výcviku

[Dokončení ze str. 8]

stupům při řešení nejrůznějších problémů (volba terénu, volba metody, organizace výcviku atd.), k hledání nových cest a k nespokojenosti s tím, čeho bylo dosaženo a co bylo osvojeno.

Požadavek zodpovědné tvořivé činnosti cvičitele se však nesmí stát pláštíkem pro živelnost či diletantství. Naopak, jen vysoká odborná úroveň a pedagogické zkušenosti umožní cvičiteli realizovat kvalitní výcvik.

Ujasnění a přesné stanovení cílového zaměření výcviku a konkrétní určení výcvikových cílů umožní i jednodušší pohled na způsob provádění — techniku lyžařských prvků. Je možno říci, že čím zasvěcenější a odbornější pohled, tím větší bude i míra jednoduchosti. Zdá se, že jiný způsob řešení nepřipadá v úvahu. Navíc je nutno vzít v úvahu, že technika lyžování se mění, vyvíjí, zdokonaluje. Čím lépe tento vývoj pochopíme a dokážeme vysvětlovat, tím bude menší pravděpodobnost rozpornosti a nejednotnosti.

V našem článku jsme se pokusili zdůraznit složitost řešení některých aktuálních problémů lyžařského výcviku. Teoretickým rozбором jsme se snažili poukázat na příčiny tzv. nejednotnosti v lyžařském výcviku. Cestu k lepšímu stavu vidíme v ujasnění cílového zaměření lyžařského výcviku a v dalším rozpracování uvedené problematiky.

PhDr. FELIX CHOVANEC, ČSc., FTVS UK Praha

Krátké lyže si razí cestu

Mnozí zahraniční odborníci označují krátké lyže za novou revoluci v lyžování, stejně významnou, jako bylo zavedení lyží z umělých hmot a bezpečnostního vázání. Hlavní výhodou těchto lyží se právem spatřuje v tom, že s nimi dokáže začátečník dosáhnout během tří sezón úroveň, kterou by mohl s normálními lyžemi dosáhnout leda za dvojnásobek nebo trojnásobek této doby.

Co jsou vlastně krátké lyže? (V zahraničí je často označují názvem „kompaktní“, aby se tak lišily od krátkých lyží postupných délek). Nejsou to ani „krafasy“, ani lyže určené výuce metodou, při níž se využívají lyže postupných délek. Mluvíme-li o krátkých lyžích, máme na mysli lyže dlouhé někdy jen 80 cm i méně, které používají někteří začátečníci nebo i

vyspělejší lyžaři, kteří si chtějí na sněhu spíše zaskotačit, než zajezdit. Pokud jde o metodu s využíváním lyží postupných délek, dostává začátečník nejdříve nejkratší lyže a se stoupajícími dovednostmi pak přechází postupně na delší lyže, až se přiblíží k normální délce zhruba 185—210 cm. Naproti tomu tzv. kompaktní lyže je koncipována a také konstruována

v podstatě jako lyže normální, zkrácená jenom o 30—40 cm. Jsou dva základní typy kompaktních lyží: úzké a zesílené kompaktní lyže a kompaktní lyže rozšířené o 2—5 mm. Lyžař, který je zvyklý jezdit na lyžích dlouhých 205 cm, si zvolí kompaktní lyže nejčastěji v délce 180 cm. Délky pro ženy se pohybují v rozpětí 155—170 cm, pro muže od 165 do 190 cm. Ve zvolené délce se může projevit odchylka až 5 cm podle toho, zda jde o kompaktní lyže úzké nebo široké.

Konstrukce a výroba kompaktních lyží se mohly rozvinout teprve v posledních letech díky novým technologickým postupům, umožněným některými novými materiály. Ale kompaktní lyže jsou především logickým výsledkem vývoje lyžařských bot: vyso-



Členky čs. reprezentačného družstva juniorek - bĕžkyň při letní přípravĕ na kolečkových lyžích. Zleva Dáša Palečková, Vladĕna Vokálová, Jana Šimůnková, Vĕra Leskovjanská, Jana Strnádková, trenĕr Ilja Matouš, Zuzana Matoušová a Šárka Nesvadbová

datný trĕning. Rozvoj vytrvalosti, rychlosti, ako aj obratnosti a sily, rozvoj speciální trĕnovanosti. Tieto možnosti sčasti ovplyvňujú aj podmienky technického a geografického rázu. Nemalú rolu tu hrajú aj rôzne faktory psychologické. Pre narastanie športovej formy je dôležitá pedagogická pomoc trĕnera, kontroly zdravotného stavu a to, čo považujem za prvoradé: práca pretekára na sebe samom — sebakontrola.

Čo na sebe môže, respektíve má pretekár kontrolovať?

Dalo by sa odpovedať celkom jednoducho: sám seba. Svoje subjektívne pocity aj objektívne príznaky, dodržiavanie trĕningového plánu, životosprávy a poľ. Formu a náplň trĕningu vám určujú vaši trĕneri, k splneniu však potrebujete podmienky a vôľové vlastnosti.

Ako vykonávame sebakontrolu?

Kontrolujeme si denne ráno, niekoľko minút po zobudení sa, frekvenciu pulzu a jej výšku zapisujeme do trĕningového denníku. Výška frekvencie pulzu odzrkadľuje v sebe stav organizmu a trĕnovanosť. Čím je všeobecná trĕnovanosť väčšia, tým nižší je pulz. Keď máme teplotu, sme rozčúlení, nevyspatí, unavení, pretrĕnovaní — tým bude náš pulz viac kolísaf smerom nahor. Do trĕningového denníku zapisujeme aj svoje subjektívne negatívne pocity, odchýlky od zdravotného stavu, ako aj objektívne príznaky (strata na váhe, teplota a poľ.). Svoje záznamy konzultujeme s lekárom družstva.

Sebakontrola znamená aj dodržiavanie denného režimu. Znamená kontrolu naľ sebou při splňaní pravidelných povinností a zvyklostí v poriadku dňa.

A čo fajčenie? môžete sa spýtať.

Rozhodne si ho odopriaf — znie odpoveď. Športovcovi škodí. Uvedomte si, že fajčením obmedzujete okysličovanie tkanív. A bez kyslíku, bez jeho dostatočného prísunu krvnou cestou

k jednotlivým bunkám tela, niet športového výkonu. Množstvo, ktoré sme schopní dodať tkanivám, limituje výkon. A nie len fajčenie škodí, ale aj vdychovanie dymu, pobyt v zaťažčených miestnostiach. Stačí, keď si povieme, že je ešte škodlivejšie ako alkohol, ktorý je toxický pre nervový systém? A pretekár si nemôže dovoliť vykoľajenia. Každý extrém, ktorému podľahne, ho stojí potom ďalšiu energiu navyše, ktorú musí vydať k znovuzískaniu optimálneho stavu. Nebezpečné pre pretekára sú tiež infekcie. V čase epidémií katarov horných ciest dýchacích alebo vážnych chrípok vyhýbajte se styku s chorými, ako aj pobytu v spoločenských miestnostiach. Návšteva kina, divadla, zbytočné cestovanie v takomto období môžu byť pre vás rizikom infikovania sa a sami dobre viete, že prekonaná chrípka (hlavne nedostatočne liečená alebo prechodená) na začiatku pretekárskeho obdobia môže vážne zasiahnuť do vašej športovej sezóny.

Čím ešte môže pretekár pomôcť svojmu výkonu?

Predovšetkým dôsledným a pravidelným trĕningom, ktorý určuje trĕner. Výkonu však pomáhame aj dodržiavaním zdravotných zásad a správnym stravovaním sa. Na športový výkon má vplyv nielen zloženie stravy, ale aj časové zosúladenie príjmu potravý s telesnou námahou.

Prečo správne zloženie stravy?

Predovšetkým preto, že u športovca nie je dôležitý len počet denne prijatých kalórií a event. chutná príprava jedla. Dôležité je najmä zloženie. U rastúcej mládeže tak ako u všetkých športovcov při podávaní veľkého telesného výkonu sú potrebné vysoké dávky bielkovín, nakoľko sa nadmernou dlhotrvajúcou námahou telové bielkoviny ošbúravadajú a mladý organizmus ich potrebuje pre rast. Ďalej cukry, pre ich ľahkú stráviteľnosť a rýchlu premenu v energiu. Cukor nesmie chýbať v žiadnej strave pred

športovým výkonom a trĕningom. Najvhodnejší je cukor obsiahnutý v ovocí. Okrem cukru obsahuje ovocie a zelenina minerálne a vitamíny, ktorých spotrebuje výkonný športovec niekoľkonásobne viac ako netrĕnujúci človek.

Druhá požiadavka je časové zosúladenie príjmu potravý s telesnou námahou. Zoberme si na pomoc vaše poznatky z telovej fy. Žalúdok leží pod bránicou, ktorá oddeľuje dutinu brušnú od dutiny hrudnej, kde sú uložené pľúca a srdce. Keď sa žalúdok naplní, vytlačá bránicu smerom nahor, tá opäť tlačí srdce hore, respekt. jeho hrot doľava a tým sa srdce ostáva do zmenenej polohy, v ktorej sa mu horšie pracuje. Aj pľúca sú v priestore obmedzované. Už samotné zmenené anatomické pomery obmedzujú výkon, odhliadnuc od prekrvenia žalúdku a straty energie potrebnej pre trávenie. K tomu, aby ste vedeli „načasovať“ trĕning po jedle, si zapamätajte: ťažká strava (tuky, vyprázané jedlá) zostáva v žalúdku 4—5 hod., ľahká strava približne dve hodiny. Takisto nie je vhodné jesť hneď po trĕningu. Stačí, keď sa napijete vlažného sladkého čaju. Za niekoľko minút môžete zjesť keks alebo suchár, za 1—2 hod. obed alebo večeru, poľha toho, aký namáhavý bol váš trĕning alebo pretek.

A čo spánok?

Musí byť nerušený, v dobre vetranej, neprekúrenej miestnosti a výdatný. Potreba spánku je individuálna 8—10 hod. Při 2-fázovom trĕningu je vhodný aj krátky poobedňajší spánok, pretože je najlepšou relaxáciou. V prípade nespavosti sa poraďte s lekárom. Uspávadlá sami nepoužívajte.

Na otázky osobnej hygieny si povedzme toľko:

Denné spláchnutie potu po trĕningu je nevyhnutné. Pokožkou vylučujeme odpadové látky z tela, ktoré ak neopláchneme, nútíme pokožku, aby ich znovu vstrebała. Odhliadnuc od nepríjemného pocitu nie sú príjemné drobné vyrážky z nedostatočnej hygieny, ktoré sa často infikujú, menia sa na vredy a oslabujú športový výkon. Kožné infekcie spôsobené baktériami a plesňami sú prenosné. Nepožíciavajme si preto uteráky, odev, obuv a poď. A keď sme už u toho, nemôžem nespomenúť aj „nepriateľské“ prejavy priateľstva, tak často sa vyskytujúce medzi športovcami. Napríklad pitie z jedného pohára, odhrýzavanie si po sebe z múčnika alebo jabĺčka. Zväčša sa za to nezmyselne platí. A tak sa stane, že stačí raz sa dať „pohostiť“ nositeľom patogénnej bakteriálnej flóry v ústach a latentná infekcia môže vážne ohroziť vašu športovú kariéru.

Ako sa zachovať při úraze alebo ochorení?

Jednoznačná odpoveď: ihneď sa dať vyšetriť a ošetriť lekárom. Zapamätajte si: Čím prv sa začnete liečiť, tým prv budete zdraví. Stratený deň v podaní prvej pomoci, tak ako trĕning v nepoznanej chorobe, môže pre vás znamenať týždne oslabenia a podstatné preľženie liečby.

Na záver ešte toľko: kontrolujte sami seba a buďte k sebe rozumne tvrdí a neúprosní. O trĕningu sa radte s trĕnerom, o zdraví s lekárom. Račnosťou nás všetkých je náš úspech.

MUDr. HANA LUKÁČOVÁ

Lyžařské středisko ŘÍČKY



Při rozdělení cen při letošním Ski-Interkritériu žactva s mezinárodní účastí v Říčkách

Stranické a vládní orgány již dříve, ale zvláště pak po XIV. sjezdu KSČ a po IV. sjezdu ČSTV pomohly vytvořit velmi příznivé mínění o významu tělesné výchovy a sportu a velmi vysokou morální ohodnotily dobrovolnou i profesionální práci v tělovýchově.

Daleko složitější je situace v oblasti budování materiálně technické základny, neboť nejde o úkol řešitelný den ze dne. Materiálně technické zabezpečení tělovýchovného procesu se hrává důležitou úlohu při zvyšování jeho úrovně, tím větší je jeho význam. Prakticky jde o sdružování sil a prostředků při budování nejrůznějších tělovýchovných zařízení, v lyžařském sportu se jedná konkrétně o stavbu tratí, můstků, vleků, lanovek, ubytoven i celých areálů. Současnou situací v této oblasti v lyžařském sportu lze charakterizovat jako pozvedlivou, především díky pochopení celé řady tělovýchovných jednot a jejich lyžařských oddílů, které na různých místech našich krásných hor nezištně a s obrovským nadšením budují nezbytná lyžařská zařízení, potřebná jak k provozování masového, rekreačního lyžování, tak pro účely výkonnostního sportu, jako účinného prostředku ke zvyšování tělesné zdatnosti a sportovní výkonnosti.

V Lyžařství se čas od času můžeme dočíst o tom, jak ta či ona tělovýchovná jednotka nebo lyžařský oddíl buduje nová lyžařská zařízení. Tyto články bývají neobyčejně zajímavé a přímo udivují, co často malá skupina lidí dokáže s minimálními finančními prostředky a v poměrně krátké době vybudovat. Tak se v letošním roce právem pochlubili kupř. novoměstští lyžaři, opírající se o dlouholetou lyžařskou tradici a práci, vykonanou jejich předchůdci, ale také lyžaři z Gottwaldova, obhospodařující lyžařské středisko na Portáši.

Tak se občasně, ale jen úryvkovitě, dozvídáme co z hlediska materiálně technického se na našich horách buduje. Je ovšem řada tělovýchovných jednot se svými lyžařskými oddíly, kterým jakási nepřírozená skromnost

nedovoluje se pochlubit tím, co pro rozvoj lyžařského sportu vykonaly a jaké mají plány do budoucna. Za jeden takový lyžařský oddíl jsem se rozhodl napsat tento informativní článek, aby se širší lyžařská veřejnost dozvěděla o nezměrném úsilí, které tento oddíl věnuje krásným Orlickým horám a nejmladší lyžařské generaci — dětem.

Když v roce 1958 malá skupina členů lyžařského oddílu Jiskry Ústí nad Orlicí zahájila výstavbu lyžařského střediska v Říčkách v Orlických horách, nikdo z nich ještě nevěděl, co postupem let v Říčkách vybudují a jaké závody zde budou pořádat. Začátky byly těžké, nebyly finanční prostředky a orgány, které o věci rozhodovaly, byly skeptické. Ústečtí lyžaři se však nezalekli obtíží, vykáceli úzký lesní průsek a tak vznikla sjezdovka, na které již v roce 1960 byly uspořádány první krajské přebory žactva Východočeského kraje. Postupně byly vypracovány plány na vybudování slalomového svahu a malého lyžařského vleku. Bylo nutno zapojit lyžařské odborníky. Ti v roce 1959 vypracovali projekt na lyžařský výtah. Několik ústeckých lyžařů-nadšenců výtah za minimálních finančních nákladů vyrobilo a v roce 1960 uvedlo do provozu. Současně s výtahem byla zahájena výstavba slalomového svahu, který postupem let byl rozšiřován, prodlužován a upravován, až nabyl dnešní podoby. Nároky lyžařů však rostly. Bylo nutno zřídit novou sjezdovou trať o šíři 10—20 m a délce cca 1200 metrů. Veškeré práce, spojené s výstavbou tratí, byly prováděny brigádnicky členy lyžařského oddílu Jiskry za velké pomoci lyžařských nadšenců ze škol a podniků z Ústí nad Orlicí a širokého okolí. Pracovalo se výhradně o sobotách a nedělích a bez úplaty. Všichni, kdož se na tomto díle podíleli, měli jediný cíl — postavit v Orlických horách lyžařské zařízení, které by umožnilo mládeži ze širokého okolí Orlických hor maximální lyžařské využití v dostupných vzdálenostech.

Od roku 1960 byly v Říčkách postupně pořádány veškeré okresní, ale i náborové a veřejné závody, převážně pro žactvo a dorost. V roce 1963 byl na tratích v Říčkách uspořádán 1. ročník veřejného závodu mládeže ve sjezdových disciplínách. Závod se pak jel každý rok, letos byl uspořádán jeho 13. ročník. Stal se velmi brzo populární. V roce 1971 se konal poprvé s mezinárodní účastí, o dva roky později byl zařazen do kalendáře Mezinárodní lyžařské federace (FIS). Monte Bondone v Itálii a Říčky spolu s Vrátnou v ČSSR se staly vyhledávanými místy pro dostaveníčko nejmladších sjezdařů a sjezdařek Evropy. Ústečtí lyžaři se dočkali odměny za jejich dlouholeté úsilí.

Třináctého ročníku v letošním roce se zúčastnila žákovská družstva hochů a dívek osmi zahraničních zemí, z nichž šest bylo ze zemí socialistického tábora a dvě z alpských zemí. Byl to velmi pěkný závod. Byl vzorně připraven po technické stránce, prosycený fantastickou atmosférou mládí. Oba okresy Ústí nad Orlicí a Rychnov nad Kněžnou žily závodem, stranické a státní orgány a také krajské orgány převzaly nad závodem patronát, podniky hostily zahraniční družstva. Nejen vzorná organizace závodu, ale ta všestranná pohoda a slavnostní nálada mne inspirovaly k napsání článku. Technický delegát a zástupce FIS Vladimír Kolar z Jugoslávie ve svém závěrečném projevu řekl: „Blahopřeji pořadatelům. Zúčastnil jsem se mnoha velkých závodů včetně mistrovství světa a Světového poháru. Mohu proto srovnávat. Organizace vašeho závodu a úprava tratí byly perfektní. Všem, kdož se na přípravě a organizaci závodu podíleli, patří za to dík. Budu informovat federaci a doporučím, aby se váš závod stal tradičním závodem, uváděným v kalendáři FIS.“ To je cenné hodnocení, ústečtí organizátoři si jej zaslouhují. Stejně pochvalně vyzněly projevy všech vedoucích zahraničních družstev.

Ústečtí lyžaři však nejsou zvyklí

spát na vavřínech a nezahálejí. Se svým střediskem mají dalekosáhlé plány. Letos uvedli do provozu nový lyžařský výtah, dobudována byla chata Horské služby. Byla zahájena stavba hospodářské budovy, přestavěn občerstvovací kiosk, začalo se s úpravou příjezdové komunikace ke slalomovému svahu a v neposlední řadě i s rekonstrukcí slalomového svahu. Rok 1976 je nabit plánovanými úkoly. Co Říčkářům dosud chybí, je vhodné ubytovací a stravovací zařízení.

Organizační výbor pro 14. ročník mezinárodního závodu žactva v čele s Lubošem Sedláčkem pracuje prakticky celý rok. Obdobně jako letos je závod připravován jako turné po ČSSR. Tentokrát se prvá část pojede ve Vrátné a druhá v Říčkách.

Co říci závěrem? Ústečtí lyžaři nejsou anonymním útvarům. Je to poměrně malá skupina lidí, nelze je však všechny jmenovat. Budiž mi dovoleno jmenovat alespoň některé z nich, ty, které skupinu reprezentují. Duševním otcem střediska, organizátorem a energickým ředitelem závodu je mezi lyžaři dobře známý Bohouš Šuda. S ním úzce spolupracují předseda lyžařského oddílu Jiskry Ústí nad Orlicí, zasloužilý mistr sportu Václav Čevona, bývalý úspěšný čs. lehkooatletický reprezentant, hlavní rozhodčí závodu ing. František Pospíšil, Karel Kalousek, šéf lanovek Jiří Vojtíšek, Adolf Janiš a další. Těm a jejich spolupracovníkům patří díky za to, že v Říčkách vybudovali a za jejich pomoc při rozvíjení sjezdového sportu v naší zemi. Vždyt současná sjezdařská špička, bratři Sochorovi, Heczeko, Šoltýs, Porubský, Zeman, sestry Kuzmanovy, Šoltýsová, Droppová a další slavili své první úspěchy právě v Říčkách.

Dr. OTTO KULHÁNEK



Pohled k cíli závodu v krásném panoramatu Orlických hor

Z činnosti sportovní třídy v Novém Městě na Moravě

Na II. základní devítileté škole v Novém Městě na Moravě byla poprvé otevřena sportovní třída lyžování ve školním roce 1973—74. Tehdy mělo vedení možnost vybrat žáky do sportovní třídy z počtu 35 ze šesti škol blízkého okolí. V roce 1974—75 se otevírala druhá sportovní třída, k výběru se dostavilo 41 žáků z devíti škol. Výběrové řízení se provádí podle směrnic pro sportovní třídy ZDŠ.

1. Vlastní výběr zahajuje vedení ST návštěvou spádových škol, podává základní informace ředitelům a učitelům o problematice a činnosti sportovních tříd.

2. Po této předběžné návštěvě bývá vypracován informační leták, který obsahuje podrobnější zprávy o sportovní činnosti žáků, o významu tělesné výchovy z hlediska zdravotního a je rozeslán na školy.

3. Na tento leták navazují v rámci schůzek SRPŠ besedy pedagogů, sportovního lékaře a trenérů s rodiči žáků, kteří mají zájem o přijetí do sportovní třídy. Zde se rodiče seznámí s rozsahem sportovní přípravy, s úkoly, které čekají na rodiče, s finančním a materiálním vybavením, zabezpečení žáků ST.

4. Následuje rozesílání přihlášek na školy a jejich rozdělení žákům.

5. Při výběru žáků do ST ve školním roce 1974—75 vedení používalo motorické testy obecné zdatnosti a výkonnosti, které obsahovaly:

sprint 50 m, vytrvalost 500 m na dráze, skok čaleky s rozběhem, skok daleký z místa, hod míčkem, shyby, kotoul napřeč, 30X leh — sed, přeskoky laviček bočně, pěti-skok střídonož.

Výkony byly obodovány podle mezinárodních bodovacích tabulek a vypočítáno konečné umístění, k němuž bylo přihlíženo při konečném výběru. V úvahu se brala i skutečnost, zda uchazeči pro zařazení do sportovní třídy závočně lyžují a zda jsou i po zdravotní stránce schopni přijetí do sportovní třídy.

Na základě zkušeností při výběru talentované mládeže do ST jsme došli k závěru, že stanovené testy obecné zdatnosti jsou pro danou sportovní disciplínu nevhovující. Proto po vzájemné konzultaci trenérů jsme vypracovali nový návrh testů pro přijímání do sportovních tříd. Obsah nového testu:

obecná rychlost — 50 m na dráze, obecná vytrvalost — hoši 1000 m v terénu, dívky 600 m v terénu, síla dolních končetin — pětiskok z místa, síla horních končetin — klíky z lavičky.

Za dva roky trvání ST v Novém Městě na Moravě se žáci 7.C třídy zúčastnili dvou zimních výcvikových táborů (Výrovka a Horní Mísečky v Krkonoších) a jednoho letního VT v Orlických horách.

Pro žáky 6.D třídy se uskutečnilo přípravné soustředění před začátkem školního roku na Třech Studních u Nového Města na Moravě. Hlavním účelem VT bylo seznámit žáky s novými tréninkovými metodami, utvoření kolektivu, ve kterém budou pracovat celé čtyři roky, seznámení s třídním učitelem a trenéry. V prosinci se pak žáci zúčastnili týdenního VT na prv-

ním sněhu na Horních Mísečkách v Krkonoších.

Skupina děvčat (6. a 7. třída) a skupina chlapců 6. D třídy, jejichž příslušníci jsou členy PO SSM, utvořily pionýrskou skupinu „Ski“. Pracuje pod vedením trenérů V. Novotného a prof. O. Kadlecové.

Úkolem dětí není jen reprezentovat svou školu a lyžařský oddíl po stránce sportovní, nýbrž zúčastňují se také různých pionýrských akcí, soutěží k 30. výročí osvobození naší vlasti Sovětskou armádou a dosahují i na tomto poli soutěžení velmi dobrých výsledků. Jedná se např. o soutěž „V zemi, kde zítra již znamená včera“, v recitačních a výtvarných soutěžích. Třída 6. D obsadila druhé místo ve školní soutěži „V zemi, kde zítra již znamená včera“, M. Palečková zvítězila v soutěži recitační a Ondrák v soutěži výtvarné, pořádané k oslavám 30. výročí osvobození.

Každý žák ve sportovní třídě dostal dva páry lyží (jeden pár laminátových, druhý dřevěných), hole, boty, šustákovou kombinézu. Ti, kteří se již zasloužili o dobrou reprezentaci školy, obdrželi ještě další pár kvalitních lyží, laminátové hole a oteplovačky. Kromě základního vybavení jsou pro žáky sportovních tříd k dispozici kolečkové lyže.

Mnoho žáků se o obdrženu výstroj a výstroj stará velmi dobře. Jsou si vědomi toho, co škola a stát do nich vkládá. Vyskytli se však i takoví, kteří si obdrženy věci nevážili. Vedení sportovní třídy poznalo tyto jednotlivce a vyvodí z toho v příštích letech důsledky. Sportovní třída chce vychovávat z naší mládeže čestné, odpovědné občany, kteří si dovedou vážit toho, co dostanou. Chce, aby její žáci se vzorně chovali, vážili si významnosti socialistické společnosti a nedělali ostudu sobě, rodičům nebo škole.

Po zdravotní stránce jsou děti v péči tělovýchovného lékařství v Novém Městě na Moravě u primáře MUDr. K. Daňka, CSC., který se o děti ze sportovních tříd příkladně stará po všech stránkách. Pětkrát ročně u nich provádí celkové funkční vyšetření — ergometrii a spiroergometrii. Zúčastňuje se pravidelně jednoho zimního výcvikového tábora a většiny lyžařských závodů. Lékařská péče je vynikající.

Se vznikem sportovních tříd v Novém Městě na Moravě byla ve škole ustavena rada sportovních tříd (v ní jsou zástupci TJ Sokol, jejího lyžařského oddílu, SRPŠ, trenérů, ředitelství školy, učitelů a lékařů). Rada se pravidelně schází a sleduje veškerou činnost sportovních tříd. V Novém Městě na Moravě mají velkou výhodu v tom, že také rodiče některých žáků projevují zvýšený zájem o činnost svých dětí a pomáhají trenérům v jejich práci.

K LETNÍ SOUTĚŽI MLADÝCH SKOKANŮ

Další ročník letní soutěže vybraných žáků a mladších dorostenců ve skoku na lyžích na můstku s umělou hmotou v rámci Libereckých výstavních trhů 1975 uspořádal lyžařských oddíl Slávie VŠST Liberec. Celá soutěž pro většinu mladých závodníků byla součástí celodenního tréninku výcvikového tábora, který podle plánu skokanského a sdruženářského úseku byl uspořádán 19. července—2. srpna.

Obsahovala 15 závodů, neboť se skákalo denně a započítávalo se deset nejlépe bodově hodnocených. Startovní listina se den ze dne měnila podle obráceného pořadí výsledků minulého dne. Závodník s nejnižším počtem bodů skákal se startovním číslem 1 a nejlépe skokan z uplynulého dne poslední.

Pořadatelé zvládli celou akci na výbornou a každý závod se zkušebními kolem i za nepříznivého počasí netrval déle než 75 minut včetně vyhlášení výsledků. K rychlému průběhu přispěl výrazně samočinný počítač „Ilsa“. O tuto elektronickou novinku se zasloužili členové Slávie VŠST Liberec a pracovníci vývoje a dílen Vysoké školy strojní a textilní v Liberci v čele s ing. M. Kumpoštem, ing. M. Svobodu a J. Lánským. Ti také řídili průběh jednotlivých závodů za spolupráce dalších činovníků i z jiných oddílů. Pomáhali i někteří rodiče mladých skokanů.

Patnáct závodů za sebou je neobvyklá čárka pro mladé skokany, pořadatelé však chtěli vyhovět ředitelství LVT, které zařadilo tuto soutěž do kulturního a oddechového programu. Byla to velmi dobrá propagace tohoto našeho dosud úspěšného sportu, ne-

boť denně se sešlo v hledišti asi 500 diváků. Ředitelství LVT připravilo také věcné ceny pro nejlepší závodníky, které jim byly odevzdány předposlední den výstavních trhů před zahájením hlavního kulturního programu ve vstupním areálu za mnohatisícové účasti návštěvníků LVT.

Výsledky dopadly celkem podle očekávání a byly uveřejněny v srpnovém 8. čísle Lyžařství. V mladším dorostu se neobjevil nikdo nový, který by překvapil. Ve starších žácích se ukázali velmi nadějnými závodníky Svoboda, Neumann, Votoček, Novotný a Kuželka. Ve srovnání s loňským rokem se výrazně zlepšili a skákali včetně doskoku technicky lépe než mnozí mladší dorostenci. Schází jim však délka skoků a na tomto můstku, kde 1 m znamená 2,8 bodu, je to citelně znát. Z mladších žáků je velkou nadějí teprve desetiletý Pavel Černý.

Soutěž je náročná pro pořadatele a hlavně pro závodníky. Měla by přispět k trvalému růstu mladých skokanů a sdruženářů v letním tréninkovém období. S takovou, nebo podobnou soutěží je nutno počítat i v příštích letech.

OLDŘICH JEŽEK

hlavní rozhodčí soutěže

SLOVO do diskuse

Zavádíme tuto novou pravidelnou rubriku, v níž budeme přinášet připomínky našich čtenářů, odevzdávat je příslušným činitelům a snažit se zodpovědět jejich dotazy.

Začínáme výňatkem dopisu, který nám zaslal Emil Vaclík z Ostravy:

„Jako dlouholetý odběratel Vašeho časopisu jsem se dlouho odhodlával k napsání dopisu redakci. Jsem s celou rodinou, ač neorganizován, vášnivým vyznavačem lyžování. Svěho syna jsme učili lásece k horám a lyžím již od tří let, zprvu občasnými výlety do hor vlakem, posledních deset let pak pravidelně o sobotách a nedělích od prvého do posledního sněhu.

Skutečnost, že lyžování je nejmaso-
věji provozovaným sportem u nás, hovoří za všechno. Je však možné, aby většina lyžujících veřejnosti se stala členy lyžařských oddílů? Přiznejme si, že kapacita členů v jednom oddíle je omezena únosným počtem členů, ať z důvodů hospodářských, možnosti ubytování ve vlastním zařízení, finanční podporou TJ, závodu nebo jiných důvodů.

Pokud nejste perspektivním závodníkem, nemáte vyhlídky stát se členem lyžařského oddílu. U mládeže je situace obdobná. Pokud chlapec nebo děvče není lyžařským „fenomémem“, nebo dítětem staršího člena oddílu, pak o ně zpravidla není zájem.

Jeden z oddílů v našem kraji pořádá pro mládež vánoční lyžařskou školu a budíž mu za to dík. Také náš syn se této školy třikrát zúčastnil. Na závěr týdenního výcviku se koná kontrolní závod, který má odhalit lyžařské talenty. Jak však působí na 9—11 leté dítě umístí-li se ve své kategorii na druhém místě a do budoucího družstva o něj oddíl pečuje, se nedostane, ale vyberou se tam děti, které skončily na devátém i dalších místech. Není pak divu, že třeba později nereflektuje na přání trenérů jiných oddílů, aby u nich zkusil závodit.

Domnívám se, že oddíly by měly přijímat každého zájemce o práci v oddíle bez rozdílu věku a pověřit jej prací na úseku, na němž může být přínosem.

Stálo by za úvahu pořádat lyžařské soutěže a závody ve spolupráci s ROH a SSM, jichž by se mohli zúčastňovat i neorganizovaní v různých věkových kategoriích. Také organizování lyžařských kursů jak pro začátečníky, tak i pokročilé by se jistě setkalo se značným zájmem a mohlo by být i zdrojem finančního přínosu pro pořádající oddíly.“

*

K dalším námětům E. Vaclíka se ještě příležitostně vrátíme.

REDAKCE

Fotografie na titulní, druhé a zadní straně obálky **Jaroslav Trousil**, na třetí straně obálky **Jaroslav Trousil** a **Jaroslav Vopička**.

Fotografie uvnitř měsíčníku **ing. Pavel Borský, Bohouš Suda, Karel Tyl** a **Jaroslav Trousil**.

SVĚTOVÝ POHÁR 1975/76

Výbor Světového poháru ve sjezdových disciplínách FIS stanovil program soutě-

že pro olympijskou sezónu. Bude se konat ve dvou periodách a závěr tvoří finále v Montrealu, přičemž není dosud jisté, zda soutěž vyvrcholí paralelním slalomem po jeho letošním neúspěchu.

Muži: 4.—7. prosince Val d'Isère (sj., osl.), 12.—14. prosince Madonna di Campiglio (sj., sl.), 20. prosince Schladming (sj.), 4.—5. ledna 1976 Garmisch-Partenkirchen (sj., sl., komb.), 10.—11. ledna 1976 Wengen (sj., sl., komb.), 12. ledna Adelboden (osl.), 17.—18. ledna Avoriaz (sj., osl.), 24.—25. ledna Kitzbühel (sj., sl., komb.), 27. ledna Zwiesel (osl.), 5.—7. března Heavenly Valley (sl.), 12.—14. března Aspen (sj., sl.), 17.—18. března Mont Sainte Anne (osl.), 20.—21. března Montreal (event. paralelní slalom).

Zeny: 4.—6. března Val d'Isère (sj., osl.), 10.—11. prosince Aprica (sj., sl.), 16.—17. prosince Cortina d'Ampezzo (sj., sl., komb.), 3. ledna 1976 Pfronten (sj.), 8.—9. ledna Grindelwald (sj., osl., komb.), 12. ledna Les Diablerets (sl.), 14.—15. ledna Les Gets (sl., osl.), 17.—18. ledna Berchtesgaden (sl., osl.), 22.—23. ledna Badgastein (sj., sl., komb.), 25.—26. ledna Maribor (sl., osl.), 5.—7. března Heavenly Valley (sl., osl.), 12.—14. března Aspen (sj., osl.), 17.—18. března Montreal (event. paralelní slalom).

Světový pohár mužů má na programu 8 sjezdů, po šesti slalomech a obřích slalomech, tři kombinace. Zeny mají 7 závodů ve sjezdu, po osmi slalomech a obřích slalomech a tři kombinace.

(sj. = sjezd, sl. = slalom, osl. = obří slalom, komb. = kombinace). -tr-

Neuvěřitelné lyžařské sjezdy SYLVAINA SAUDANA

(Dokončení ze str. 6)

krátký oápočinek, pečlivý průzkum další trasy a dalších 15 oblouků. Byl na kost zmrzlý a cítil se unaven. Stále očekával lepší sněh, ale podmínky se zlepšily až asi ve 3300 m, kdy vjel „nálevkou“ do kuloáru, kde se obvykle našly oběři, které se zřítily na normální výstupové cestě. Sylvain Saudan zahlal tyto myšlenky a projel touto částí jak nejrychleji mohl. Únavu se stupňovala, každý oblouk dělal s velkým úsilím, ale ti, kteří jej sledovali z Kleine Scheidegg, obdivovali lehkost, s jakou sjížděl. Různily se hlasy, pokud se týká konečného výsledku. Mnozí totiž nevěřili, že lze Eiger sjet. Většina očekávala další divadlo — záchrannou akci. V 17.30 hodin Sylvain Saudan zvítězil nad Eigerem.

Eiger není konečnou, čeká Kavkaz, Andy a proč ne osmitisícovky v Himálaji a sám Mount Everest — třeba s kyslíkovou maskou.

IVAN ZÍTEK



Mladí skokani Tatranu Kraslice

Tatran Kraslice patří mezi lyžařské oddíly, které se starají o to, aby i v Krušných horách vyrůstali nadějní skokani. Ve spolupráci s Pionýrským domem dětí a mládeže zásluhou vedoucího Jaroslava Vopičky a vedoucí odboru tělovýchovy Stanislavy Hackerové se může pionýrská skupina lyžařů-skokanů pochlubit pěknou činností. Přesvědčili jsme se o tom při červencovém pionýrském táboře v Liberci, kde chlapci pilně trénovali na můstku Slávie VŠST Liberec s umělou hmotou a ti nejzdatnější si vyzkoušeli i můstek ve Vratislavicích. Velmi pěkná byla beseda kraslických pionýrů s členy čs. reprezentačního družstva skokanů, které mělo ve stejné době v Liberci výcvikový tábor.



Nejlepší člen pionýrského družstva Tatranu Kraslice Luboš Černý vyzval členy reprezentačního týmu skokanů K. Kodejšku, B. Nováka, R. Höhnla a Jindřicha Balcara k soutěži v pěti-skoku. — Na druhém obrázku vidíte, jak obětaví členové lyžařského oddílu Tatranu Kraslice dovedli uchovat sněh na můstku pro přebory Západočeského kraje. — Na třetím jsou členové čs. družstva skokanů na besedě s mladými skokany-pionýry z Kraslic při jejich pionýrském táboře v Liberci.





lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ ŘÍJEN 1975 ♦ Kčs 3,-

10



Spolupráce československých a sovětských lyžařů

V Měsíci československo-sovětského přátelství si připomínáme také srdečné přátelské styky československých a sovětských lyžařů od vstupu sovětských závodníků na mezinárodní kolbiště v tomto sportovním odvětví. Utužují se nejen mezi závodníky, ale také mezi trenéry a lyžařskými činovníky. Bohatá výměna zkušeností a poznatků přinesla dobré výsledky sportovcům obou zemí. Běžci stále vzpomínají na úspěšné působení zasloužilého trenéra A. N. Baženova a mistrů sportu manželů Gusakových v roce 1961, což výrazně přispělo k zlepšení tréninkových metod čs. běžců a běžkyň.

Každoročně přibývá startů čs. lyžařských reprezentantů v Sovětském svazu a stále častěji vítáme sovětské závodníky v CSSR. Účast našich reprezentantů v Kavgolovu, na Svátku severu v Murmansku a Chibinském jaru v Kirovsku se stala pravidelnou významnou událostí kalendáře čs. lyžařů. Sovětští reprezentanti přijíždějí k nám pravidelně na Tatranský pohár, skokani na Turné Bohemia, sdruženáři na Zimní mírové slavnosti v Tanvaldě a běžci na Bezroukův memoriál na Sliachi. Připomínají to i naše obrázky. Na prvním zástupci Vsesvazového výboru pro tělesnou výchovu a sport při Radě ministrů SSSR a patronátního závodu odevzdávají čs. sdruženářům F. Zemanovi a S. Buchtovi upomínkové dárky při letošních mezinárodních závodech v Kirovsku. Na druhém jsou pozoruhodně řešené můstky v tomto lyžařském středisku za polárním kruhem. Na třetím je dvojnásobný mistr světa 1972 ve skoku G. Napalkov při mazání lyží v Plavech v závěrečném závodě Turné přátelství a Bohemia 1975.



Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

BLÍŽI SE ZOH 1976
V INNSBRUCKU

SOVĚTŠTÍ LYŽAŘI
SE PŘIPRAVUJÍ

SVĚTOVÝ REKORD
ŠVÝCARA STEINERA

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY ZÁBĚR Z LETNÍ PŘÍPRAVY ČS. REPREZENTANTEK-SJEZDÁŘEK NA SNĚHU. PO TRÉNINKU NA SNĚHU NÁSLEDUJE CVIČENÍ SILY, ABY NOVÁ SEZÓNA BYLA JEŠTĚ ÚSPĚŠNĚJŠÍ. ZLEVA JANA ŠOLTÝSOVÁ, JANA HARVANOVÁ, SOŇA KUZMANOVÁ A DAGMAR KUZMANOVÁ. NA ZADNÍ STRANĚ OBÁLKY ČS. REPREZENTANTKA VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH JANA HARVANOVÁ V HORNICKÉM PRACOVNÍM ÚBORU PŘI SFÁŘÁNÍ DO DOLU ROZÁLIA V BAN. HODRUŠÍ

Lyžařství

Ročník 61

Číslo 10

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janeček. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eidípes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršák, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 66 5 51. Redakční uzávěrka: K 2. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskářské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 4. září 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813

Ďalšie úlohy v politickovýchovnej práci

Jednou z najdôležitejších úloh v súčasnom období je získavať mládež a dospelých pre realizáciu záverov XIV. zjazdu našej strany. Je to v období, keď sa zabezpečuje úspešné ukončenie posledného roku piatej päťročnice a takto sa vytvárajú podmienky pre úspešný nástup do nového päťročného plánu.

Telesná výchova, šport, ako dôležitá oblasť kultúrnej úrovne socialistickej spoločnosti, sú dôležitým nástrojom politickej výchovy. Je preto potrebné, aby teraz po úspešne realizovanej najväčšej telovýchovnej akcii — Československej spartakiády 1975 — každý telovýchovný pracovník, cvičiteľ, tréner, organizátor športových podujatí, sa sústredil i na politickovýchovnú prácu. Aby mohla táto úloha byť splnená, je potrebné sústavne prehľadávať svoje politické vzdelanie tak, aby získané vedomosti mohol aplikovať pri svojej práci v telovýchovnom procese. Politická práca sa má prelínať celou telovýchovnou a športovou praxou. Pre pracovníkov zabezpečujúcich prípravu vrcholových športovcov v najširšom poňatí je v predolympijskom období naliehavosť tejto úlohy ešte výraznejšia a aktuálna.

Veľmi naliehavá je táto úloha u lyžiarov, keď do otvorenia zimných olympijských hier chýba už prakticky len niekoľko desiatok dní. Tak ako v minulosti i teraz sa od československých lyžiarov očakáva dobrá reprezentácia. O príprave na olympijské hry súdruh Antonín Himl, predseda ÚV ČSŽTV, na IV. zjazde okrem iného povedal: „Tomu, aby v nadchádzajúcom období, na olympijských hrách bol náš podiel na prioritě socialistického športu vo svete ešte výraznejší, sme pripravení dať všetky naše sily a schopnosti. Je to náš záväzok a zodpovednosť pred komunistickou stranou a celou našou spoločnosťou, ktorá vytvára telesnej výchove a športu také podmienky, za ktorých je radosťou usilovne pracovať pre slávu našej telovýchovy a našej Československej socialistickej republiky.“

Aby sme vedeli splniť očakávané úlohy v lyžiarskej reprezentácii, ako i v celom lyžiarskom hnutí, je potrebné v našej práci hľadať nové spôsoby. Je to v oblasti formovania socialisticky zmýšľajúceho a socialisticky jedajúceho človeka, ako aj v otázkach utvárania socialistického spôsobu života. Dá sa povedať, že formovanie socialisticky zmýšľajúceho a socialisticky jedajúceho človeka tvoria s utváraním socialistického spôsobu života dve stránky jednej a tej istej veci. Z toho vyplýva ich úzka súvislosť a spojitost. Je preto potrebné v politickovýchovnej práci rozvíjať a pôsobiť na na obe tieto stránky. Jadro socialistickej výchovy je v tom, aby sme dorastajúcu generáciu vychovávali v láske k práci, k úcte ku každej práci a k pracujúcemu človeku.

Telovýchovná a športová činnosť je náročnou a namáhavou prácou. Správnym usmerňovaním a dobrým prístupom naučíme mladých ľudí týmto vlastnosťami. S ohľadom na rozdielnosť veku, stupňa vzdelania v reprezentačných družstvách, k veľkému počtu záujemcov o lyžovanie, účastníkom najrôznejších stupňov výuky, zainteresovanosti, je potrebné prispôsobiť formy a metódy politickovýchovnej práce. V tejto práci je potrebné mať zastúpené i formy vzdelávania účastníkov výchovného procesu, ako sú prednášky, besedy, exkurzie, návštevy výstav, múzeí a pod.

Najmä u reprezentantov je potrebné zabezpečiť okrem všeobecnej orientácie z prehľadu tlače i celkový základný politický rozehľad, aby reprezentanti pochopili rôzne súvislosti a vedeli sa dobre orientovať pri zahraničných cestách a pod. Ďalšou oblasťou politickovýchovnej práce je potreba objasniť význam pojmu štátnej reprezentácie u reprezentantov. Ostatných športovcov viesť od príslušnosti a reprezentácie k oddielu, okresu či kraju a k spolupatričnosti k telovýchovnej jednote, z ktorej ten ktorý reprezentant vyšiel. Je potrebné tiež neustále objasňovať triedny pohľad na pojmy socialistického vlastenectva, proletárskeho a socialistického internacionalizmu.

Telovýchovná a šport vždy boli, sú a budú významným hľadiskom vo vzájomných vzťahoch medzi štátmi a národmi. Je treba, aby naša účasť na zimných olympijských hrách sa plne využila k podpore mierového úsilia všetkých pokrokových ľudí celého sveta.

Ing. LADISLAV HARVAN, CSc.
predseda politickovýchovnej komisie VLZ ÚV ČSŽTV

Rakousko před ZOH ve sjezdových disciplínách

V průběhu uplynulé sezóny i při řadě úspěchů se projevila v rakouském reprezentačním družstvu sjezdařů řada problémů. Vedle úspěchů ve sjezdu a vynikajících výsledků Annemarie Prölllové-Moserové nebyly splněny především naděje ve slalomu a obřím slalomu. Dlouhé závodní období ukázalo, že tak velký kolektiv, jakým bylo rakouské reprezentační družstvo s množstvím lidí kolem se točících a do věci často neodborně zasahujících, přináší řadu problémů. Není jednoduché udržet v něm potřebnou morálku u závodníků a dobré vztahy mezi nimi a trenéry i mezi trenéry samotnými.

Když po neúspěchu v Saalbachu „padl“ jako oběť Prölllové-Moserové dosavadní trenér družstva žen Bernegger a na jeho místo nastoupil technický vedoucí sjezdových disciplín Rakouského lyžařského svazu Oskar Brändle, projevilo se to v plné míře. Od té doby podle názoru novinářů i odpovědných funkcionářů svazu pracovali jednotliví trenéři samostatně absolutně bez dozoru a to vedlo k řadě chyb. Této situaci nezabránil ani „silný muž“ technický ředitel rakouského reprezentačního družstva Toni Sailer, jehož roční plat nečiní méně než půl milionu šilinků, pravděpodobně kolem 700 000 šilinků. Už koncem sezóny začal předseda Ra-



Nejlepší rakouská sjezdařka Annemarie Prölllová-Moserová v plné jízdě

kouského lyžařského svazu dr. Schlick jednat se zemskými svazy o novém organizačním trenérském obsazení, které by odstranilo nedostatky a nepořádky v přípravě a v některých případech „sladký život“ závodníků. Proti původním návrhům, schválených zemskými svazy, došlo nakonec k řadě změn, protože někteří trenéři, kteří podle názoru funkcionářů svazu by mohli pracovat lépe než jejich předchůdci, nebyli přijatelní pro rakouské sdružení výrobců lyží a ostatní výzbroje a výstroje. A tak nové obsazení funkcí a rozdělení pravomoci se objevilo v tisku pod titulkou „Řada ne-

srovnalostí v nové organizaci rakouské sjezdařiny“, „Místo moderního řízení jen ubohý kompromis“, „Toni Sailer zbaven moci“ a podobně. Podstatou nové organizace práce s reprezentačními družstvy je prakticky úplné metodické oddělení družstva mužů a žen, jejichž činnost bude jen organizačně koordinována tzv. organizačním vedoucím. V reprezentačních družstvech je u mužů v A-týmu 16 závodníků (z toho 8 sjezdařů a 8 slalomářů), v B-družstvu rovněž 16 při stejném rozdělení a věkové hranici do 25 let, v juniorském reprezentačním kolektivu pak 18 lyžařů. U žen jsou počty

LÉTO ČS. SJEZDAŘŮ a co říká odpovědný trenér

Tréninkem na ledovci pod Monte Rossou byla zakončena první třetina přípravy našich sjezdařů. O tom jaká byla, odpověděl na několik otázek naší redakce zodpovědný trenér čs. sjezdařů Jan Vedral.

Z čeho vycházela koncepce přípravy posledního roku před ZOH 1976 v Innsbrucku?

„Výsledky v minulé sezóně v dřtivě většině potvrdily správnost plánu naší přípravy v uplynulém období. Proto loňské tréninkové plány byly základem pro sestavení plánu přípravy poslední fáze tohoto olympijského cyklu. Samozřejmě nepřejímáme loňský plán bez výhrad. V první řadě byly celkové dávky zvýšeny v průměru o 10 %, a to hlavně v oblasti kvality tréninkového procesu. Objem je podle našeho názoru již téměř na hranici únosnosti. Proto jsem společně s oběma svými asistenty hledal možnosti zvýšení objemu zlepšením organizace práce a použitím účinnějších metod. Detailně nechci rozebírat jednotlivé body jak se tuto otázku snažíme řešit. Je to přece jenom naše hypotéza daná do reálné podoby tréninkového plánu. Její opodstatnění by

mělo být nejdříve potvrzeno výsledky v nové sezóně s vyvrcholením na zimních olympijských hrách.

V této souvislosti chci podtrhnout, že ne vše, co jsme měli v plánu v minulé sezóně, bylo správné. O nedostacích, které nebyly podstatné a týkaly se spíše konkrétní realizace víme a v letošním plánu se již neobjeví. Snažili jsme se i předvídat výskyt možných chyb a nedostatků. Jak se nám podaří i toto „jasnovidectví“, budeme znát již koncem roku. První fáze závodu v měsíci prosinci by měla dát jasnou odpověď na otázku stále aktuální: „Co jsme dělali v létě?“

Co jste tedy skutečně dělali?

„Na detailní rozbor by nestačilo asi celé číslo Lyžařství. A hlavně teprve výsledky ukáží správnost naší přípravy. Rozhodně některé výsledky jsou potěšitelné. Proti minulému roku jsme prodloužili první výcvikový tábor (VT) na 14 dní. Hlavně z toho důvo-

du, že podstatnou částí tohoto VT v Nymburce byla návštěva lázní. Relaxaci v této první části přípravy byla věnována zvýšená pozornost. Poprvé jsme dostali možnost pobytu u moře v Jugoslávii, kde jsme plnili část tréninkových úkolů. Tuto formu považuji za velmi důležitou, zvláště po loňské dlouhé a sychravé zimě.

Po Nymburce a před Jugoslávii jsme absolvovali čtrnáctidenní trénink na sněhu a závody. Objem naježděných branek již v této fázi převyšuje loňské dávky v průměru o 30 %, při tom jsme věnovali zvýšenou pozornost obecné vytrvalosti. Přes velmi obtížné podmínky (cyklistika do kopce ve Val Thorens 10 km s výškovým rozdílem 800 m) byly výsledky na sněhu výborné. Velký pokrok byl učiněn v technice díky velmi aktivnímu přístupu všech členů družstva. Výsledky v závodech bez jakéhokoliv zaměření na ně jsou rovněž dobré.

Po návratu trénovali závodníci v rámci svých dovolených většinou individuálně. I výcvikový tábor v základem Dukly Liberec na Hamru potvrdil stoupající trend fyzické připravenosti. V obecné vytrvalosti, která byla hlavní náplní, je zlepšení v průměru o 10 %. Velmi dobrá fyzická připravenost se projevila i na dalším tréninku na sněhu v Alagni v Itálii. V objemu branek jsme stejné obdo-

nížší. V A a B družstvu po 12 závodnicích a v juniorském reprezentačním kolektivu 11 mladých lyžařek.

Bylo schváleno také vedení družstev. Generálním sekretářem sdružení výrobců je dr. Klaus Leistner, organizačním vedoucím Viktor Leibetse-der, coachem mužů Toni Sailer, coachem žen Oskar Brändle, trenérem mužů-sjezdářů Karl Kahr, jeho asistentem Heinz Stohl a kondičním trenérem Udo Albl, trenérem pro slalom a obří slalom Toni Sailer, jeho asistenty Hias Leitner a Alois Kahr, kondičním trenérem Heinz Petanek, trenérem juniorů je Siggí Bernegger, jeho asistenty Heimar Steindl a Franz Dulnig, kondičním trenérem Herbert Hoch, trenérem žen byl jmenován Heinz Dietrich, asistentem Walter Winkler a kondičním trenérem Herbert Jank, trenérem juniorek Helmut Aschenwald, asistentem Dietmar Heubacher a kondičním trenérem Werner Würndle. Plnění plánů přípravy a všech úkolů mají zajistit techničtí vedoucí, jimiž jsou dr. Sepp Sulberger u mužů, prof. Hans Martinek u žen a Heinz Pachler u mládeže.

Z tohoto přehledu je vidět, že se ve vedení družstev objevila řada nových jmen, přitom někteří téměř jistí (Tritscher, Derganz, Maier), do nichž se vkládaly velké naděje, se na řízení reprezentačních kolektivů nepodílejí. Teprve průběh olympijské sezóny, od níž si Rakušané hodně slibují, ale současně ji očekávají i s velkými obavami, ukáže, zda mělo vedení Rakouského lyžařského svazu při výběru pracovníků šťastnou ruku. Vždyť se jedné o to, aby na ZOH 1976 v Innsbrucku na domácí půdě byli jejich reprezentanti úspěšní.

**Podle zahraničních pramenů zpracoval
doc. JAROSLAV BOGDÁLEK**

bí minulého roku překonali téměř o 100 % hlavně také proto, že toto středisko není tolik frekventované a na vlecích jsme neztráceli drahocenný čas.

Závěrečné výsledky kontrolních jízd ukázaly na:

1. dobrou fyzickou i technickou připravenost celého družstva
2. další podstatný pokrok ve způsobu jízdy a co je důležité: vyrovnanost družstva!

Můžeme tedy hledět do příští sezóny s optimismem?

„To bych rozhodně nerad. Hlavně přehnaný optimismus by byl hašišem. Jde přece o olympijský rok. O tom, že by snad některá družstva spala, se nedá vůbec hovořit. Nikdo ze světové špičky neodchází. Posun o každé místečko ve stohlavém pelotonu Světového poháru vyžaduje nejen nesmírnou námahu, ale i dávku štěstí. To budeme nyní potřebovat hlavně v další fázi přípravy. Pokud proběhne tak jako probíhala doposud, bez zranění, ztrátových dní na sněhu případně dalších možných narušení, budu s přípravou spokojen. Tím bychom mohli vytvořit optimální podmínky pro další postup mezi nejlepší. Je mi však jasné, že naši protivníci se připravují velmi poctivě. Přesto věřím, že ani v nastávající sezóně která bude tvrdší než předešlá, neztratíme nic z dobytých pozic.“

ODVÁŽNÍ MUŽI na létajících prknech

Módní vlna lyžařské akrobacie se šíří. Vzduška se ve Spojených státech a zachvacuje stále širší okruh zájemců. Zdá se, že také v Evropě doznává pomalu, ale jistě v budoucí lyžařskou disciplínu, která se rozdělí zřejmě na dvě větve: na čistou akrobacii a na krasojízdu s četnými skokovými prvky. Jedno ze špičkových francouzských vysokohorských středisek s celoročním lyžařským provozem otevřelo letos v létě stálou školu lyžařské akrobatiky. Je to středisko Tignes s ledovcovým masivem La Grande Motte (3656 m), v sousedství Val d'Isère. Jako učitelé působí v této škole dva přední evropští lyžařští akrobaté — Francouz Henri Authier a Němec Manfred Kastner.

Zatím je ovšem ještě stále málo adeptů, kteří se tomuto novému sportu na lyžích oddávají soustavně. Zejména na lyžařskou mládež však působí tato vskutku mimořádně náročná disciplína velmi atraktivně. Láká jako opravdová zkouška odvahy, síly a odolnosti, a zároveň i jako extrémní forma fyzické seberealizace, přístupná jen těm nejzdatnějším. A právě proto poskytuje těm, kdo tuto disciplínu zvládnou, pocitu výjimečně satsifakce.

Za paušální poplatek, který není zrovna nízký, přijímá tedy nová škola v Tignes žáky do desetidenního kursu. Do poplatku je zahrnuto všechno, včetně půjčení speciálních lyží a úrazového pojištění na částku 40 000 franků.

Jeden z velkých západoevropských ilustrovaných týdeníků vyslal do tohoto kursu svého ne zrovna nadšeného sportovního redaktora, jinak velmi zdatného lyžaře, který měl na základě vlastních zkušeností tlumočit své dojmy miliónovému čtenářstvu.

Jeho zážitky byly opravdu intenzivní. První den začal rozježděním 23členného družstva na nádherných letních lyžařských svazích Grande Motte. Ale už odpoledne začalo jít do tuhého: na programu byla první salta a jiné sko-

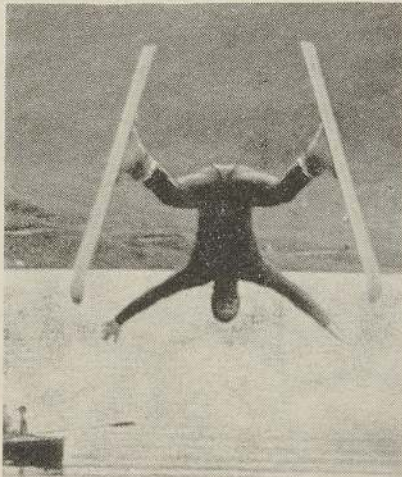
ky na lyžích do vody. Na břehu krásného Tigneského jezera má škola svůj strmý nájezd s umělou hmotou, který končí krátkým protisvahem na dřevěné konstrukci přímo nad vodou. Z tohoto odrazíště vylítne žák, který k tomu přidá vlastní odraz, pěkně vysoko a má bohatě času na provedení jednoho salta — z výšky 5 metrů nad hladinou. Žáci jsou oblečeni do neoprenových potápěčských obleků, které je chrání proti tvrdým nárazům na vodní plochu i proti ledové teplotě vody. Manfred Kastner dává žákům poslední pokyny: „Uvolnit kolena, při odrazu energicky vzpřimit tělo, hlavu přitisknout k hrudi a svihem se sklopit dopředu. Když se otočíte tak, že máte lyže paralelně s hladinou, nechte se rovnou padnout do vody!“

I redaktor přiznal, že se rozjížděl s třesoucími se koleny. S pocitem, že má žaludek někde mnohem níže, než kde je jeho obvyklé místo, se na stole mstku odráží a je ve vzduchu. Pak hlavu dolů, ruce přitisknout ke stehům a točit dopředu. Po několika vteřinách rozráží hladinu zády. Náraz mu vyrazí dech, boty a lyže ho táhnou pod vodu. Po několika vydatných doušcích jinak zdravotně nezávadné vody se potácí ke břehu. První pochvala učitele zní takto: „Přistaneš-li takto na sněhu, jsi zralý pro nemocnici.“

Podle prospektu školy poskytuje zvládnutí lyžařské artistiky pocitu uspokojení, převahy a sebevědomí. Účastník se stane členem vyvoleného společenství „hot doggers“ neboli lyžařských volnostylařů, kteří s bezmeznou odvahou skáčou z jedné boule na druhou, přes meze, vlny a můstky, téměř stále ve vzduchu a jen na krátké okamžiky na sněhu. Zvládnout to může každý vyspělý lyžař, který je „dostatečně odolný“.

Authier a Kastner připomínají svým žákům hned na první informační schůzce, že si nezaplatili lyžařskou dovolenou, ale tvrdý výevik v tréninkovém táboře. První večer se promítá barevný film o mistrovství světa lyžařských akrobatů v roce 1975. Authier obsadil na tomto mistrovství druhé místo. Komentář vedoucích školy po filmu: každý, kdo má trochu odvahy, se to všechno může naučit. Také pády? Ovšem, i pády. Tomu je věnována část filmu, v níž rakouská amatérská skupina s názvem Die Walser Tucker předvádí skupinovou akrobacii s pády a při těchto pádech hlavně to, jak je třeba při jakémkoli pádu dostat nohy s lyžemi okamžitě nahoru, poněvadž nohy jsou ohroženy vždycky nejvíce.

Žáci mají v této škole buďteček v 6 hodin ráno, snídani v 6.30. Lyže dostá-



Na začátku kursu se z lyžaře stává zároveň skokan do vody a potápěč

NOVÁ PRAVIDLA LYŽAŘSKÝCH ZÁVODŮ

Koncem května letošního roku se v San Francisku sešel 30. kongres Mezinárodní lyžařské federace (FIS), její nejvyšší orgán, jemuž přísluší rozhodovat o všech otázkách mezinárodního lyžařského sportu. Jeho závěry a rozhodnutí mají pomáhat rozvíjet a usměrňovat vývoj lyžařského sportu, dnes již ve všech kontinentech světa.



Figurální jízda na lyžích může krasobruslařskou ladnost spojit s razancí, rychlostí, silou a sportovní náročností, typickou pro sjezdové lyžování

vají o 10 cm kratší než je jejich vlastní výška. Špičky lyží jsou zakulacené a zvlášť zpevněné pro otáčení na špičkách lyží na místě. Dopoledne se cvičí na Grande Motte, dlouhé i krátké oblouky na jedné noze v nejrůznějších pozicích, obraty kolem vlastní osy o 360 stupňů na obou a pak na jedné lyži, obraty na nízkých boulich, skoky přes velké boule, další jízdy na jedné lyži atd. Akrobatický potěr se zpočátku víc válí než jede.

Pokračuje se gymnastikou na louce za hotelem. Učí se „helikoptéra“: pravá ruka na levé paži, levá ruka v bok, hlava vlevo a švih. A potom celé hodiny nácvik na trampolině, vruty, salta apod. A téměř bez oddechu, zpocení a udýchaní, se žáci soukají do svých potápěčských kombinéz a pochoduji 10 minut s lyžařskými botami na nohou a s lyžemi na rame-nou, kolem opalujících se rekreativů a letních hostů popíjejících kávu.

Salta do vody nenacvičuje jediný z družstva — švédský lyžařský závodník, který neumí plavat.

Pak se ovšem náhle končí s nácvikem do vody a na trampolině a všechno se dělá na můstcích na sněhu. Ruce švihem nahoru, odraz se vzpřímením, lyže ve vzduchu roztáhnout a je z toho první zdařilá jízda — „spread eagle“, orel s rozpjatými křídly. Pak následuje „daffy“, let vzduchem v postavení skokana do dálky, potom „back scratcher“, skok, při kterém špičky lyží směřují dolů a jejich patkami by se skokan — kdyby chtěl — mohl případně i podrbat na zádech.

Nejeden ze žáků ovšem přistává jinak, než si to přeje učitel. Jeden dokonce rovnou na hlavu a vypadá to velice ošklivě. Zůstává ležet nehybně, se zkrvavenou tváří. Ale i tentokrát to dopadlo dobře. Je otřesený a má lehké odřeniny. Za chvíli sám vstává a zmůže se i na úsměv.

Prospekt školy zdůrazňuje, že účastník „musí být dostatečně odolný“. Jenže to, zda žák tuto podmínku splňuje, se ukáže až po ukončení kursu. Heslo „sportem ke zdraví“ škola z opatrnosti do textu svého prospektu zatím nezařadila.

Letošní kongres byl tzv. pravidlovým kongresem, věnovaný převážně pravidlům usměrňujícím praktické provádění závodního lyžařského sportu, tedy v prvé řadě mezinárodnímu soutěžnímu řádu (MSR). Pracovní program kongresu byl mimořádně obsažný, bylo nutno projednat a rozhodnout o více jak 100 návrzích na změny nebo doplnění MSR. Takového množství nashromážděných problémů, které muselo být kongresu předloženo k projednání, je výrazným ukazatelem novodobého vývoje závodního lyžování ve všech disciplínách, zvláště pak sjezdového sportu a letů na lyžích.

Výsledky, ke kterým dospěl kongres FIS 1975 v oblasti pravidel pro provádění závodního lyžování, nutně ovlivní i naše pravidla lyžařských závodů. Nejvyšším příkazem pro úspěšnou reprezentaci v každém odvětví sportu, lyžování nevyjímaje, totiž bylo, je a zůstane neztratit kontakt se světovým vývojem. Chtěl bych naši lyžařskou veřejnost informovat o tom, co podnikla subkomise rozhodčích federálního svazu, aby lyžařské závody na našich krásných horách mohly být prováděny podle novodobých, pokrokových pravidel, jinými slovy aby pravidla lyžařských závodů byla v souladu s nejnovějším technickým vývojem jednotlivých disciplín a podpořila jejich další zdravý vývoj.

Subkomise rozhodčích VSL ÚV ČSTV již několik měsíců před kongresem ustavila tři pracovní skupiny, pro skok a sružený závod, běhy a sjezdové závody, které pověřila vypracováním návrhů pro nová pravidla ly-

žařských závodů, která by v maximální míře navazovala, zejména pokud jde o technická ustanovení v jednotlivých disciplínách, na novelizovaný MSR. Další pracovní skupina byla pověřena koordinací prací uvedených tří skupin. Návrh nových pravidel prošel několikaměsíčním připomínkovým řízením a je prakticky v hrubých rysech zpracován. Předpodobně během měsíce listopadu bude předložen předsednictvu VSL ÚV ČSTV ke schválení a pokud jej předsednictvo svazu schválí, vyjde v provizorním vydání koncem roku, ještě před zahájením sezóny. Je předvídáno, že nová pravidla lyžařských závodů vstoupí v platnost 1. 1. 1976. Během sezóny 1975—76 budou ověřena v praxi a v příštím roce, po případných úpravách, provedených na základě zkušeností nashromážděných během sezóny, budou vydána tiskem.

Není možné v krátkém článku pojednat o všech změnách, které nová pravidla přinášejí. Zmíním se v tomto článku krátce o některých změnách v pravidlech pro sjezdové závody. V dalším čísle Lyžařství se vrátíme ke klasickým disciplínám.

Nejzásadnější změnou v pravidlech o sjezdovém sportu je nepochybně zrušení nonstop tréninku. Nonstop trénink je nahrazen povinným oficiálním tréninkem s měřením časů. Na mistrovství ČSSR bude uskutečněn povinný oficiální trénink po dva dny, na ostatních závodech aspoň jeden den. Nebude-li možno uskutečnit trénink aspoň v jednom dnu, nesmí se závod ve sjezdu konat. Až potud jde o předpis již dříve platný. Novinkou



Rozhodčí mívají při běžeckých závodech plně ruce práce. Potvrzuje to i obrázek z letošního mistrovství ČSSR, které bylo pro ně zkouškou na juniorské mistrovství Evropy 1976 v Jizerských horách

je, že při všech jízdách povinného oficiálního tréninku se měří časy. Naměřené časy se oznámí vedoucím družstev nejpozději na nejbližší schůzi závodní komise. V případě změny počasí (sněžení) mezi posledním tréninkem a závodem bude v den závodu v doprovodu činovníků prohlídka tratě. Povinného oficiálního tréninku se musí zúčastnit též přihlášení náhradníci.

Zrušením nonstop tréninku se neobyčejně zvýšila odpovědnost soutěžního výboru a technického delegáta (TD). V důsledku toho jsou povinnosti soutěžního výboru formulovány velice detailně. Pro TD bylo nutno předpisem určit jeho statut a jeho pravomoc. TD je podle článku 604 nových pravidel technickým poradcem pořadatele a předsedou soutěžního výboru. Při rovnosti hlasů při hlasování v soutěžním výboru je jeho hlas hlasem rozhodujícím. Jeho povinnosti jsou velice obsáhlé, zmíním se jen o dvou z nich, které ilustrují jeho pravomoc, ale také jeho odpovědnost. Je povinen navrhnout soutěžnímu výboru vyloučení těch závodníků, jejichž fyzická zdatnost a technická vyspělost neodpovídá obtížnosti tratě. Při zvýšeném ohrožení zdraví závodníků má právo odvolat, nebo aspoň přerušit oficiální trénink nebo závod. Obě opatření vyžadují jednomyslného usnesení soutěžního výboru.

Také povinnosti zodpovědného trenéra (ZT) jsou stanoveny předpisem. Je mimo jiné povinen zkontrolovat úpravu tratě, navrhnout soutěžnímu výboru počet losovacích skupin a zařazení závodníků do losovacích skupin, sledovat průběh závodu, chování závodníků a jejich výkonnosti na trati. Je povinen zúčastnit se všech porad s vedoucími družstev a schůzí soutěžního výboru.

Úplnou novinkou jsou předpisy pro nový závod, pro sjezd ve dvou kolech. Závod ve sjezdu ve dvou kolech je možno pořádat toliko v krajích, kde nelze uskutečnit sjezd na klasické sjezdové trati s minimálním výškovým rozdílem, který předvídájí pravidla. Výškový rozdíl tratě pro sjezd ve dvou kolech musí činit 450–600 m, obě kola musí být provedena ve stejný den, pořadí závodníků je sestavováno podle součtu časů z obou kol.

Nová pravidla upravují předpisem i paralelní závody, o kterých, zejména o paralelním slalomu, se u nás již delší dobu psalo a na různých místech se paralelní slalom také jel. Zásady pro provádění paralelního slalomu jsme uveřejnili v *Lyžařství* č. 12/74. V duchu těchto zásad jsou koncipována poměrně obsáhlá pravidla, která nelze na tomto místě podrobněji komentovat. Bude jim věnována zvláštní pozornost na podzimních školeních a zejména seminářích rozhodčích vyšších tříd.

Pro všechny dvoukolové závody platí pro určení startovního pořadí závodníků v druhém kole tzv. „Bibbo“ pravidlo (podle autora Švéda Bibbo Nordenskiöld). Podle MSŘ platí pravidlo Bibbo, které říká, že v druhém kole závodu startují závodníci prvé losovací skupiny v obráceném pořadí z prvního kola, ostatní závodníci startují podle umístění v prvním kole. I dosud nerozhodnutou otázkou, zda pro naše potřeby nebude přijato tzv.

pravidlo Bibbo II, podle kterého startuje v druhém kole prvých 5 v prvním kole umístěných závodníků v obráceném pořadí umístění z prvního kola, ostatní pak podle umístění v prvním kole.

Ve slalomu a v obřím slalomu nesmí podle platného prav. 511 závodník, který byl pro vynechání nebo chybné projetí branky resp. brány jednoznačně vyloučen, pokračovat v jízdě. Proviní-li se proti tomuto předpisu, navrhne soutěžní výbor technickému delegátu, aby na nejbližší schůzi závodní komise použil sankce proti závodníkovi a jeho trenéru udělením písemné důtky nebo zákazem startu v příštím závodě, nebo mu zakázal start v jednom i více závodech v další soutěži.

Předpis o náhradní jízdě ve sjezdu a v obřím slalomu zůstává nadále v platnosti, je však zpřísněn v tom směru, že závodník musí ihned opustit trať na místě, kde byl v jízdě poškozen a nesmí pokračovat v jízdě brankami. Stejně pravidlo platí také ve slalomu.

Uvedl jsem několik změn z nových pravidel lyžařských závodů. Pravidla obsahují přirozeně celou řadu dalších změn, kupř. sjednocují velikost terčů ve sjezdu a v obřím slalomu na 1 m šíře a 0,7 m výšky; cílová brána ve sjezdu nesmí být užší jak 15 m, ve slalomu 10 m, avšak TD může ve výjimečných případech povolit brány užší; opravuje se chyba pravidla 501 v tom smyslu, že obří slalom je závodem s pevným startovním intervalem; dvoukolový obří slalom jedou jen muži, ostatní kategorie jedou jen jedno kolo; vada materiálu nebo osobní nevolnost nejsou případy vyšší moci a proto neomlouvají závodníka za pozdní příchod na start a další. Otevřena zůstává otázka výpočtových tabulek pro sjezdové závody. Federace schválila nové, tzv. PGM tabulky, které edičně zajistit pro vydání do konce roku bude velice obtížné.

Připravit nová pravidla lyžařských závodů nebylo lehkým úkolem. Obětavou prací celé řady lyžařských rozhodčích se však podařilo zpracovat kongresem FIS 1975 schválené změny MSŘ v nejkratší době a připravit tak vydání pravidel ještě před sezónou, byť jen v provizorní tiskové úpravě. Naši rozhodčí budou seznámeni s novými pravidly na podzimních školeních a seminářích, takže budou schopni svým spolupracovníkům v okresech a v oddílech podat odborně fundovaný výklad, jakmile pravidla vyjdou. Rozhodčím se podařilo vykonat kus dobré práce.

Dr. OTTO KULHÁNEK
předseda
subkomise rozhodčích VSL ÚV ČSTV

DALŠÍ VÍTĚZSTVÍ TUSCHE

Při závodech ve skoku na můstku s umělou hmotou poslední srpnovou nedělí v Oberstdorfu Rudí Tusch (NSR) zopakoval svůj úspěch z Bad Aussee. Zvítězil s 255,0 b. (52+53) před Norem Sven Gulbransonem 248,9 (51+52), Rakušanem Walterem Schwablem 247,7 (52+52) a Norem Odd Grettelem 235,6 (48+49). Zajímavé boje sledovalo 2000 diváků.



František Šimon po uplynulé úspěšné sezóně se pilně i v létě na kolečkových lyžích připravuje na ZOH 1976 v Innsbrucku

Zájem o lyžařské gymnázium

Úspěchy žáků lyžařského gymnázia a lyžařské obchodní školy v rakouském Stamsu v uplynulé sezóně se projevíly nebyvalým zájmem o studium na těchto školách. Pro letošní školní rok 1975–76 se hlásilo k přijímacím zkouškám 103 žáků, z nichž 47 splnilo sportovní část zkoušek. Z nich další čtyři nesplnili školní část zkoušek.

Ze zbylých 43 studentů je 19 zapsáno na lyžařském gymnáziu a 24 na lyžařské obchodní škole. Zájem o tuto lyžařskou školu s pozoruhodnými sportovními výsledky se projevil i v zahraničí. Pět studentů ze zahraničí však při zkouškách neuspělo.

Záujem zahraničných expertov

Dobrý chýr o našich zjazdároch prekročil hranice ČSSR. Mená Sochor, Zeman, Heczko, Kuzmanová, Droppová a Soltýsová sa dnes skloňujú aj v lyžiarsky vyspelých krajinách. Majú s tým starosti. Ich jazyk len ťažko prijíma naše koncovky. No ešte väčšie ťažkosti im robí prostý fakt, že československí zjazdári sa definitívne vkladajú medzi európsku elitu a naštrbili dlhoročnú hegemóniu alpských krajín.

Už po tohtoročnej Veľkej cene Slovenska, kde naše dievčatá tak presvedčivo dokázali výkonnosť vzostup, sa nejdeden z prítomných odborníkov zjazdového lyžovania s prekvapením informoval o práci s mladými talentovanými zjazdármi. Keď potom aj v ďalšom priebehu súťaže o Európsky pohár pokračovali úspešne, bolo jasné, že tieto úspechy nie sú náhodné, ale sú výsledkom cieľavedomej tréningovej a výchovnej činnosti.

Kto pozornejšie sleduje výkony našich zjazdárov, musí si povšimnúť zaujímavej skutočnosti. Ich jazda nesie znaky vybrúsenej techniky, podporovanej dobrou fyzickou kondíciou, veľkou bojovnosťou a vôľou po dobrom výkone v každom pretekoch. A to je čosi nové. V minulosti sme tiež mali niekoľko vynikajúcich jedincov, výborných technikov. Ich výkony však ostávali ovplyvnené akýmsi podvedomým podceňovaním svojich kvalít. A ešte niečo. Zatiaľ čo v minulosti to boli len jedinci, na pleciah ktorých ležala celá ťarcha zodpovednosti, dnes máme viac výborných pretekárov, kolektív, celé družstvá v tom pravom slova zmysle. Každý z nich môže pretekať s plným nasadením, bez strachu, že mu to nevyjde a je koniec. Nevyjde to jednému, vyjde to druhému. Jazda s plným nasadením je v súčasnosti podmienkou úspechu. To je cenná devíza, s ktorou operujú všetky družstvá lyžiarsky vyspelých krajín.

Aj keď sa v poslednom čase podstatne zlepšili podmienky našich špičkových zjazdárov, pokiaľ ide o ich výzbroj a možnosti prípravy na snehu počas letného obdobia, predsa len — v porovnaní povedzme s Rakúšan-

mi, Talianmi, Francúzmi či NSR — ešte nemajú to, čo sa poskytuje lyžiarom týchto krajín. Veď napríklad teraz, v predolympijskom roku, väčšina lyžiarskych veľmocí trénuje v priebehu leta v Južnej Amerike. Tí z nich, od ktorých sa čaká zisk olympijských medailí, majú osobitného trénera (napr. Annemarie Moserová-Prölllová, ktorá po skončení sezóny 1974—75 vyhlasovala, že končí kariéru zjazdárky), sú predmetom starostlivosti celého štábu technikov, lekárov, masérov a pod.

Keď aj za týchto okolností sa o tréningové metódy a prácu s družstvom našich reprezentantiek zaujímajú zahraniční experti, je to dôkazom, že táto práca je vedená veľmi dobre, citlivo, odborne a na základe presne vypracovaných plánov. V tom badať vyspelosť a zrelosť našich trénerov, najmä tých, čo už dlhé roky pracujú s družstvom a vedia túto prácu a skúsenosti aj zúročiť. To má cenu zlata.

Preto ani neprekvapuje žiadosť známeho rakúskeho odborníka pána Bachlera, aby sa mohol zúčastniť ako pozorovateľ na tréningu družstva našich reprezentantiek v Kežmarku. Zaujíma ho najmä špeciálna časť prípravy v imitačno-kondičnom cvičení, ako aj tréning na umelej hmote.

Výsledky zjazdárov ČSSR upútali pozornosť aj odborníkov v ZSSR, kde sa zjazdovému lyžovaniu v poslednom čase dostáva zvýšenej podpory a starostlivosti. Dokazuje to účasť predsedu Štátneho výboru pre telesnú výchovu a šport pri Rade ministrov ZSSR S. Pavlova na sústreďení sovietskych zjazdárov vo Val d'Thorens. Sledoval nielen prácu sovietskych zjazdárov, ale zaujímal sa živo aj o tréning našich družstiev. Nebudeme ďaleko od pravdy, ak povieme, že práve on bol iniciátorom účasti vedúceho trénera mladých sovietskych zjazdárov a olympijských nádejí Ivana Gervina z Krasnodarska na sústreďení a výcvikovom tábore reprezentačného družstva žien v Banskej Štiavnici, kde pozoroval prácu s kolektívom dievčat. Okrem toho si prezrel lyžiarske zariadenie v Jasnej, vo Vysokých Tatrách a lyžiarskeho gymnázia v Kežmarku.

Aj to je čosi nové. Kedy k nám chodili zahraniční experti sledovať a študovať tréningové metódy zjazdárov? Treba len dúfať, že pracovníci úseku zjazdového lyžovania nezľavia nič zo svojich plánov a cieľov. A tie sú naozaj veľmi náročné, no ako prax dokazuje — aj splniteľné.

KAROL EIDLPEŠ



Anna Droppová je opäť členkou čs. reprezentačného družstva sjezdárek



Kapitánka čs. reprezentačného kolektívu bežkyň Alena Bartošová

Na lyžích 194,384 km/hod.

Nový svetový rekord v rychlostním kilometru na lyžích „Kilometro lanciato“ 191,387 km/hod., který v polovině července vytvořil Američan Steve McKinney, odolal necelých 24 hodin. V pokusech o překonání světového rekordu na Plateau Rosa nad Zermattem se pokračovalo i další den. Nejdříve McKinney zlepšil svůj rekord na 192,719 km/hod., potom byl však překonán Italem Urino Maynetem, který dosáhl rychlosti 194,384 km/hod. Zajel rozhodující asi 100metrovou strmou část tratě podstatně rychleji a stal se neoficiálním mistrem světa. Neoficiálním proto, že Mezinárodní lyžařská federace (FIS) letmý kilometr neuznává za lyžařskou disciplínu. Meynet jel na lyžích dlouhých 2,40 m. -ok-

VYHODNOCOVÁNÍ SJEZDOVÝCH ZÁVODŮ

Je všeobecně známo, že federace i závodníci nejsou zvláště nadšení současným, již několik let praktikovaným systémem vyhodnocování sjezdových závodů pomocí tzv. FIS bodů. Již osm let hledá Mezinárodní lyžařská federace nějaký spravedlivější a jednodušší systém. V San Francisku na kongresu FIS byla ustavena zvláštní pracovní skupina pod vedením Kuno Messmana, člena klasifikační komise federace, která byla pověřena vypracováním návrhu na nový systém jednak vyhodnocování závodů, jednak počítání přírážek, který by se opíral o přísný matematický základ. Návrh bude nejdříve ověřován v praxi a měl by být zpracován do definitivní podoby tak, aby mohl být předložen kongresu FIS 1977 k projednání. -ok-



K OTÁZKÁM VÝBĚRU TALENTŮ PRO SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY

Generální tajemník ÚV KSČ a prezident ČSSR Gustáv Husák ve svém projevu na sjezdu SSM vyjádřil potřebu vytvářet možnosti, aby se v socialistické společnosti talenty sportovní, technické, vědecké, kulturní — prostě talenty všeho druhu dostávaly stále výš a výš. Zdůraznil tak jeden z úkolů socialistické výchovy v našem státě.

Výběru talentů v lyžování nebyla dosud ve výzkumu věnována náležitá pozornost. Tento problém nebyl ani v dostupné literatuře komplexně zpracován a setkáváme se pouze s dílčími příspěvky. Řešení problematiky vyžaduje přístup z nejrůznějších hledisek se snahou postihnout komplexně podstatné faktory. Tento přístup je z hlediska metodologického správný, velmi obtížné je však zajištění potřebných materiálních podmínek (kádry, přístroje apod.).

VÝBĚR TALENTŮ VE SJEZDOVÝCH DISCIPLÍNÁCH

V současné době je otázka výběru talentů u nás zvláště důležitá, protože zřízení sportovních středisek mládeže, sportovních tříd nebo internátních sportovních škol pro sjezdové disciplíny, dává možnost lépe organizovat tréninkový proces a také i proces výběru.

Pro sportovní třídy a sportovní střediska mládeže byly vypracovány kontrolní testy. Vycházejí ze zkušeností trenérů a závodníků. Je třeba konstatovat, že nebyly vědecky prověřeny z hlediska validity, standardizace a objektivnosti. Výsledky těchto testů jsou jen v málo případech vztahovány k výsledkům v závodech. Bez tohoto ověření však není možno očekávat jejich uplatnění a především využití pro zpětné ovlivnění tréninkové praxe. Nelze očekávat, že za současného stavu budou testy skutečnou kontrolou trénovanosti a významnou pomůckou v jejich práci.

Pro výběr talentů je rozhodující sestavení kritérií, která budou postihovat skutečnou specifiku sjezdových disciplín a budou mít svoji stabilitu v průběhu vývoje. Míra této stability umožní do jisté míry posouzení sportovního vývoje u vybraných jedinců [Zaciorski 1973]. Dosažené výsledky, jako důsledek dynamického rozvoje sportovní výkonnosti, mohou formou zpětné vazby ovlivňovat výběrová kritéria. Výběr těchto kritérií musí být realizován na podkladě poznatků při výzkumu procesů motorického učení, intersexuálních, věkových a individuálních rozdílů.

Dosavadní zkušenosti ukazují, že výběr talentů pro sjezdové disciplíny nemůže být jednorázový, ale měl by být průběžný, aby bylo možné posoudit rozvíjení a uplatnění sledovaných předpokladů. Toto je uzlovým bodem ve výběru talentovaných jedinců lyžařů — průběžné sledování od začátku jejich sportovní činnosti až po vrcholové výsledky.

Podle posledních výzkumů u nás a především v NDR a SSSR se ukázalo, že momentální výkonnost dítěte není rozhodujícím ukazatelem pro vyslovení prognózy, ale důležitá je právě rychlost růstu výkonnosti v průběhu tréninkového procesu. V celém světě je tato problematika velmi aktuální. Nedávno byla uveřejněna informace o tom, že vědci zpracovali více než 8000 různých testů pro zjištění talentu u mládeže. Samozřejmě každý test je založen na jiném podkladu, existuje mnoho postupů. U nás ve většině případů při výběru talentů klademe důraz na skutečnou výkonnost. Je to tradiční přístup, testujeme výsledek, tedy to, co už je nějakou předchozí činností (např. tréninkem) získáno.

Na základě dosavadních poznatků z literatury se výběr talentů rozděluje do etap, které se shodují s rozdělením přípravy mládeže. Jsou to:

1. Výběr v etapě obecné sportovní přípravy
2. Výběr v etapě sportovního zdokonalování
3. Výběr v etapě vrcholové (výběr pro reprezentační družstva).

1. Výběr v etapě obecné sportovní přípravy

První etapa výběru talentů u sjezdových disciplín začíná v 7 letech. To ovšem předpokládá, že mládež začíná s lyžováním okolo 5—6 let. Tomuto názoru odpovídají i závěry šetření, provedeného u závodníků, kteří se zúčastnili mistrovství Evropy juniorů na Chopku v roce 1974. Dotazovaní přední závodníci začali se závodní činností v 7 letech. Z toho lze předpokládat, že s lyžováním začali už v 5. nebo 6. roce.

V první etapě se počítá s těmito skutečnostmi:

- a) práce s mládeží ve věku 7—8 let

- b) absolvování lékařské prohlídky — zdravotní a funkční předpoklady

- c) aplikace testů tělesné připravenosti i posouzení motorických předpokladů.

V průběhu první etapy, která trvá 1—2 roky, je možno lépe sledovat sportovní talent. V této etapě probíhá celoroční sportovní trénink podle zásad vývojových zvláštností mládeže. Z hlediska sjezdových disciplín v této etapě je třeba především rozvíjet tyto pohybové schopnosti:

- obratnost, rychlou reakci, sílu dolních končetin a sílu břišního svalstva.

2. Výběr v etapě sportovního zdokonalování

V této etapě celý proces pokračuje v těchto směrech:

- a) práce s mládeží ve věku 8—11 let
- b) lékařské šetření — posouzení funkční zdatnosti — komplexní spiroergometrické vyšetření
- c) pohybové testy speciální tělesné připravenosti, test technické dovednosti nebo výkonnosti žebříček
- e) psychologické testy

**na POMOC
trenérům
A
cvičitelům**

V průběhu druhé etapy, která trvá 2—3 roky, pokračujeme v rozvoji všech pohybových schopností první etapy a dále se zaměřujeme na:

- rozvoj schopnosti řešit složitější pohybové úkoly při jízdě na lyžích
- rozvoj síly paží trupu
- speciální vytrvalost ve smyslu absolvovat opakovaně náročnější sjezdové tratě a vyjádřit tak předpoklady dosažení vrcholové úrovně.

3. Výběr v etapě vrcholové

V závěrečné etapě se zaměřujeme na tyto činnosti:

- a) práce s mládeží — věk — podle individuální výkonnostní úrovně
- b) lékařské šetření (stejně jako ve II. etapě)
- c) pohybové testy obecné tělesné připravenosti (stejně jako ve II. etapě)
- d) pohybové testy speciální tělesné připravenosti (stejně jako ve II. etapě)
- e) FIS body, výkonnostní žebříček
- f) psychologické testy

Délka trvání této etapy pro jednotlivé závodníky je dána členstvím v reprezentačních družstvech. V této etapě je možno věnovat se tréninku pravidelně na „profesionální úrovni“. Trénink je absolvován v maximálním objemu za maximální intenzity s využitím tréninkových prostředků.

Vycházíme z předpokladu, že výběr talentů, prováděný na základě vědecké analýzy, se projeví nejen na úrovni sportovní výkonnosti, ale i v dynamice jejího růstu a bude mít odraz i v jiných sférách života sportovců.

SHRNUTÍ

Výběr talentů ve sjezdových disciplínách je třeba řešit z hlediska využití poznatků v příbuzných vědních oborech. Nabízí se využití poznatků z teorie učení a teorie schopnosti. V této etapě rozpracování můžeme formulovat v obecnějších rovinách tato doporučení:

- a) výběr talentované mládeže je dlouhodobým procesem a nelze jej provádět jednorázově. Podle našeho názoru by měl výběr probíhat po etapách shodných se sportovní přípravou mládeže, čímž se lépe využije odborného působení, které dále zkvalitňuje původní výběr.
- b) účinný je takový výběr, který komplexně postihuje specifiku sjezdových disciplín v lyžování. V tomto směru musí proto vycházet ze všestranně propracované charakteristiky náročnosti sjezdových disciplín na organismus sportovce. TADEÁŠ BRODA, FTVS UK Praha

TAKTIKA v technice běhu

Mezi trenéry se často diskutuje o technice běhu. Jaké jsou progresivní znaky současné techniky nejlepších světových běžců, v čem spočívají rozdíly v technické úrovni světových a našich běžců apod. Bohužel názory jsou většinou nejednotné a různorodé. Z toho pak plyne i podceňování techniky běhu a jejího nácviku, nemluvě pak o nácviku techniky běhu v různých terénních, traťových a sněhových situacích.

Je všeobecně známo, že výkon běžce je mimo jiné závislý na jeho schopnosti a dovednosti přizpůsobit techniku běhu variabilním podmínkám tratě a sněhu, jeho dovednosti využít měnící se reliéf tratě a stopy k uplatnění techniky běhu. V dostupné odborné literatuře nebyla zatím tato problematika řešena ani publikována. V našem příspěvku chceme obrátit pozornost k této otázce a pokusit se o formulaci v základní rovině té části techniky běhu, kterou můžeme nazvat **taktika v technice běhu**.

V porovnání s technikou jiných sportovních disciplín se hodnotí technika běhu na lyžích jako technika jednoduchá, s nepříliš bohatou strukturou pohybových celků. Toto tvrzení je ovšem správné jen pokud, pokud nebereme v úvahu, že běh na lyžích probíhá v neustále se měnících podmínkách sněhových, terénních a traťových. Tato skutečnost, tj. stálá variabilita terénu, sněhu a tratě činí techniku běhu na lyžích velmi náročnou na přesnost provedení ve vztahu k daným momentálním podmínkám terénu, tratě a sněhu a dále na přizpůsobení, neboli modifikaci techniky ve vztahu k měnícím se podmínkám terénu, sněhu a tratě.

Volbu nejvhodnějšího způsobu běhu a jeho přizpůsobení daným konkrétním podmínkám k dosažení maximálního výkonu nazýváme taktikou v technice běhu na lyžích.

Taktiku v technice běhu můžeme tedy charakterizovat jako schopnost běžce plasticky reagovat na měnící se podmínky vnějšího prostředí, tj. přizpůsobit a měnit techniku běhu z hlediska: 1. časových, 2. prostorových a 3. dynamických charakteristik pohybových struktur.

To znamená, že běžec musí mít schopnost odhadovat a regulovat rychlost běhu vzhledem k své únavě, k terénům, traťovým a sněhovým podmínkám, musí mít schopnost regulovat pohybový rytmus, frekvenci, rozsah a intenzitu pohybů. Jinak je běh stereotypní, neadekvátní a tím také neekonomický.

Optimální způsob běhu se vyznačuje tím, že
— zvyšuje efektivnost optimálního nasazení síly,
— ekonomicky usměrňuje výdej a distribuci síly.

Volba či výběr té které varianty a modifikace způsobu běhu v podstatě vyplývá z optimální reakce na podmínky vnějšího prostředí na základě analýzy.

— vlastních možností běžce (fyzických, psychických, technických atd.),
— terénní a traťové situace,
— kvality sněhu, mazání a docíleného tření a skluzu,
— rychlosti běhu vzhledem k rozložení sil na trati a vzhledem k soupeřím.

Schopnost běžce správně reagovat na jednotlivé faktory vyskytujících se situací při probíhání tratě je jedním z hlavních momentů co nejrychlejšího zdolání daného úseku tratě v relaci s možnostmi a výkonností běžce.

Rozvoj schopnosti běžce plasticky reagovat na měnící se podmínky vnějšího prostředí, přizpůsobit a měnit techniku běhu vyžaduje dlouhodobou a cílevědomou přípravu v nejrůznějších tréninkových a závodních podmínkách. Úkolem zdokonalování techniky běhu v tomto směru je vytvářet optimální vazby mezi jednotlivými faktory, které se na technice běhu a její modifikaci podílejí.

Na základě dosavadních zkušeností a dlých výzkumných pozorování uvádíme několik příkladů, z nichž je zřejmá závažnost použití vhodné taktiky v technice běhu na lyžích.

Důležitou roli v rychlosti zdolání kratšího stoupání či sjezdu hraje počáteční rychlost, neboli způsob běhu při zahájení, respektive před zahájením stoupání či sjíždění. Abychom si ujasnili, do jaké míry ovlivní různý způsob zahájení stoupání či sjíždění rychlost běhu, uskutečnili jsme různá měření.

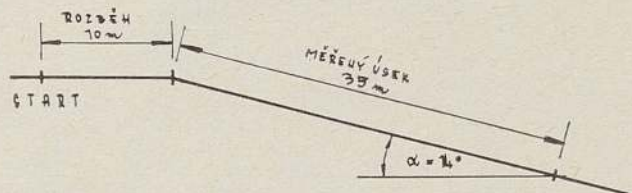
Na tab. 1 je znázorněno schéma způsobu měření a jsou uvedeny průměrné rozdíly tří stejně výkonných běžců v rychlosti běhu při různém způsobu zahájení a při rozdílné aktivitě při sjíždění.

ROZDÍLY V RYCHLOSTI SJÍŽDĚNÍ PŘI RŮZNÉM ZPŮSOBU BĚHU

Způsob běhu			čas na měřeném úseku *
start	rozběh	sjezd	
z místa	volně	vysoký postoj	8,8 sec-3,98 m/sec
z místa	volně	snížený postoj	8,0 sec-4,37 m/sec
letmo	volně	snížený postoj	6,7 sec-5,22 m/sec
letmo	zrychleně	zpočátku s odpichem soupaž	6,0 sec-5,83 m/sec

* průměrný čas tří běžců

SCHEMA ZPŮSOBU MĚŘENÍ



Jak je z uvedených výsledků patrné, rozdíly jsou na poměrně krátkém 35 m úseku překvapivě značné — od rychlosti sjíždění 3,98 m/sec až k 4,37 m/sec při stejném startu a rozběhu s rozdílným postojem, od 4,37 m/sec až k 5,22 m/sec při sníženém postoji ve sjíždění při rozdílném způsobu startu. Zdá se, že při dalším úsilí o zrychlení sjíždění docílený zisk v časovém rozdílu (5,22 a 5,83 m/sec) již neodpovídá vynaloženému úsilí, tj. zrychlenému rozběhu a odpichu soupaž při vlastním sjíždění. V každém případě rozdíly v docílených časech svědčí o významu zrychleného zahájení sjíždění na rychlost sjíždění a na konečný efekt.

Obdobně jsme měřili průměrné rozdíly v rychlosti běhu do svahu při různém způsobu zahájení a při různé intenzitě stoupání.

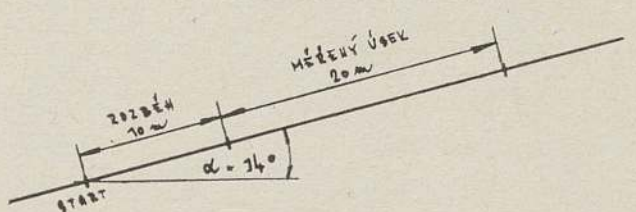
Schéma způsobu měření a naměřené výsledky jsou znázorněny na obr. 2.

ROZDÍLY V RYCHLOSTI STOUPÁNÍ PŘI RŮZNÉM ZPŮSOBU BĚHU

způsob běhu			čas na měřeném úseku *
start	rozběh	stoupání	
z místa	volně	volně	7,7 sec-2,59 m/sec
letmo	volně	středně	6,8 sec-2,94 m/sec
letmo	zrychleně	zrychleně	6,1 sec-3,28 m/sec

* průměrný čas tří běžců

SCHEMA ZPŮSOBU MĚŘENÍ



I v tomto případě jsme obdrželi překvapivě značné rozdíly. Na pouhých dvaceti metrech činil rozdíl v čase proběhnutí při různém způsobu zahájení stoupání až 1,7 vteřiny. Z uvedeného příkladu můžeme usuzovat, že při zdolávání kratšího stoupání hraje volba počáteční rychlosti a způsobu běhu významnou úlohu.

Řešení obdobných traťových situací při závodě v běhu na lyžích (při Tatranském poháru v roce 1974) bylo námětem našeho pozorování, které naše vývody potvrdilo. Zjistili jsme totiž velkou různorodost v použití způsobu běhu a z toho plynoucí rozdílnou rychlost běhu. Tato různorodost se jevila jak mezi jednotlivými závodníky, tak zejména v porovnání mezi závodníky, kteří se v závodě umístili v první a v poslední desítce závodníků.

V prvním pozorování jsme se zaměřili na způsob sjíždění. Hodnotili jsme aktivitu běžce při sjíždění, tj. zda prováděl soupažný odpích a zda zmenšoval čelní odpor vzduchu snížením postoje. Hodnotili jsme pomocí třístupňové škály:

- I. aktivně — soupažný odpích, snížení těžiště
- II. středně — soupažný odpích nebo snížení těžiště
- III. pasivně — bez soupažného odpichu, bez snížení těžiště

Dále jsme měřili počet metrů výjezdu do protisvahu. Získaná údaje jsou obsaženy v tab. 1.

Tab. 1
ROZDÍLNÝ ZPŮSOB SJÍŽDĚNÍ PRVNÍCH A POSLEDNÍCH DESETI ZÁVODNÍKŮ

Hodnocení	Muži běžci		Ženy		Muži sdružení	
	prvních deset	posledních deset	prvních deset	posledních deset	prvních deset	posledních deset
I.	6	1	7	1	7	3
II.	3	4	3	4	2	3
III.	1	5	0	4	1	4
Výjezd do protisvahu v metrech	12,5	12	8,9	6,8	11,75	11,3

V dalším pozorování jsme se zaměřili na způsob stoupání do krátkého prudkého svahu. Jednotliví závodníci v podstatě použili čtyři různé způsoby běhu do svahu s různou frekvencí kroků, s různou délkou kroků atd. Základní údaje z tohoto pozorování jsme shrnuli do tabulky 2.

Tab. 2
ROZDÍLNÝ ZPŮSOB STOUPÁNÍ PRVNÍCH A POSLEDNÍCH DESETI ZÁVODNÍKŮ

Způsob běhu	Muži běžci		Ženy		Muži sdružení	
	prvních deset	posledních deset	prvních deset	posledních deset	prvních deset	posledních deset
oboustranným odvratem vysokou frekvencí	5	4	3	4	4	6
oboustranným odvratem nízkou frekvencí	1	4	3	2	0	2
střídavým dvoudobým během	1	0	2	1	6	2
jednostranným odvratem	2	1	1	1	0	0
kombinovaně	1	1	1	2	0	0

Volba použitého způsobu běhu v pozorovaném úseku byla přirozeně ovlivněna řadou různých činitelů, jako např.

- kvalitou mazání a druhem použitých lyží,
- únavou běžce, jeho momentální krizí,
- taktickými úmysly — rozvržením sil na trati apod.

Zjištění a klasifikace příčin různorodosti používané techniky v běhu není jednoduché. Známe-li však optimální způsob běhu v tom kterém úseku běžecké tratě, můžeme se v přípravě zaměřit na nácvik a zvládnutí nejvhodnějšího způsobu běhu, zaměřit se na odstraňování nedostatků ve volbě použité techniky k odstranění stereotypnosti v technice běhu atd.

Vysoká úroveň tělesné, psychické i technické připravenosti a bohaté závodnické zkušenosti umožňují volbu optimálního způsobu běhu, usnadňující běžci boj s únavou, vlivy nepříznivého počasí apod., zachovávat chladnokrevnost, orientovat se na trati v boji se soupeřem, včas a přesně se rozhodovat.

Úspěšné použití taktiky v technice běhu na lyžích je nemyšlitelné bez bohatého fondu pohybových dovedností a zkušeností a bez dostatečně rozvinuté schopnosti reagovat na variabilní podmínky běhu na lyžích volbou a použitím optimálního způsobu běhu.

Současné pojetí techniky běhu na lyžích spočívá především v její dynamičnosti a plasticitě. Projevuje se v úsilí závodníka docílit vhodnými pohyby a rychlou správnou reakcí na terénní, traťové a sněhové podmínky jak hospodárný, tak hlavně rychlejší pohyb vpřed. Aby výsledný pohyb vpřed byl účelnější a rychlejší, musí být zintenzivněna a rychleji provedena hybná složka běžecké techniky. Na místo pasivity a „vození se“ v některých pohybových fázích je žádoucí zvýšená pohybová aktivita. Není ideální skluz, v němž se běžec staticky veze, ale dlouhý, přitom však rychlý skluz. Ve skluzu musí být patrný účinek všech složek, přispívajících ke zrychlení dopředného pohybu běžce.

Cílem nácviku a zdokonalování techniky běhu na lyžích je účelný a ekonomický pohyb v terénu a na závodní trati pomocí zvládnuté techniky v celém jejích rozsahu.

PhDr. FELIX CHOVANEC, FTVS UK Praha

JIZERSKÁ PADESÁTKA

Naším nejmasovějším lyžařským závodem je Jizerská padesátka — Memoriál Expedice Peru, jejíž 9. ročník bude uspořádán 25. ledna 1976. Očekává se na něm rekordní účast asi 6000 startujících.

Přípravy k tomuto závodě, který získává stále větší oblibu nejen u nás, ale i v zahraničí, jsou v plném proudu. Organizační výbor Jizerské padesátky připravuje pro nový ročník řadu dalších technických zlepšení. Nejpodstatnější je to, že má k dispozici vlastní sněhový ratrak, jehož pomocí chce od příchodu prvního sněhu upravovat běžecké trasy v Jizerských horách a umožnit tak dobrou přípravu nejen všem účastníkům závodu, ale i všem návštěvníkům Jizerských hor, které patří k ideálním běžeckým terénům.

Organizátoři v září rozeslali propagační plakáty a formuláře přihlášek na jednotlivé KV ČSTV, OV ČSTV a velké tělovýchovné jednoty. Zaslali je také všem zájemcům, kteří si o přihlášky napsali. Do Liberce přijeli i pracovníci lyžařského svazu z NDR, kde je o Jizerskou padesátku mimořádný zájem. Počítá se s tím, že opět přijede asi 1200 startujících z NDR.

Pořadatelé upozorňují, že **uzávěrka přihlášek je 30. listopadu 1975**. Na později došlé přihlášky nebude brán zřetel. Zájemci si mohou o formuláře přihlášek (jen ty budou brány v úvahu) napsat na adresu: OV Jizerské padesátky, Jablonecká ul. 21, 461 04 Liberec.

V letošním ročníku se závodu zúčastnilo 5144 startujících, z toho 4522 mužů na 50 km a 622 žen na 30 km. Prvenství budou v 9. ročníku obhajovat Řezáč (Dukla Liberec) a Školová (Naveta Jablonec).

Efektivnost lyžařského výcviku na kursech Univerzity Palackého

Lyžování patří k masově nejrozšířenějším sportům v ČSSR. Nejinak je tomu i na vysokých školách. Příčin je mnoho. Připomeňme si některé, podle našeho názoru nejdůležitější.

1. Pobyt a pohyb v krásném prostředí, obvykle horském, významně upevňuje zdraví a přináší uspokojení fyzické i psychické. Překonávání obtížnějších podmínek prostředí kladně ovlivňuje volní vlastnosti jednotlivce, který se stává odolnějším v pracovním prostředí apod.
2. Různorodost, fyzická a technická náročnost lyžování se významně podílí na zvyšování úrovně tělesné zdatnosti nebo jejím udržování. Zvládnutí techniky lyžování kladně ovlivňuje naše sebevědomí.
3. Na oblibě lyžování se podílí také možnost lyžovat téměř v každém věkovém stupni.
4. Lyžování ve své komplexnosti se stává významnou součástí socialistického systému výchovy. Přes poměrně vysoké finanční náklady proniklo do škol i do činnosti celospolečenských organizací — ČSTV, SSM, ROH. Stalo se vřelidovou sportovní činností.

Jaké jsou možnosti výuky lyžování u nelyžařů i ostatních lyžařů. V převážné míře je výuka základů lyžování u nejmladších ponechána především rodičům. Částečně se uskutečňuje v lyžařských oddílech TJ, v pionýrských oddílech, ev. jiných společenských organizacích. V lyžařských střediscích jsou zakládány lyžařské školy profesionálně obsazené. Na ZDŠ se žáci v 7. třídách zúčastňují týdenních lyžařských kursů, které by při kvalitní výuce mohly výrazně přispět k zvýšení lyžařské vyspělosti u mládeže.

Velká pozornost se věnuje lyžování i na vysokých školách. Všichni studenti se zúčastní zimních výcvikových kursů, zpravidla desetidenních, jejichž hlavním obsahem je výuka lyžování. Lyžování může být zařazeno i do povinné výuky tělesné výchovy. Dále mohou studenti pokračovat v lyžařských oddílech nepovinné tělesné výchovy a ti nejlepší najdou uplatnění v závodních oddílech, které jsou organizovány při vysokoškolských tělovýchovných jednotách.

Zimní výcvikové kursy mají velký význam jak pro získávání posluchačů pro pravidelnou tělovýchovnou činnost, lyžařskou činnost, tak i pro zvýšení úrovně lyžařské vyspělosti. Je samozřejmé, že mají velký dosah výchovný, protože život a výcvik na kursech probíhá v kolektivu. Vedle denní praktické výuky v rozsahu 5—6 hod.

[7—8 vyučovací jednotky] zařazujeme do programu kursů přednášky o lyžařské výstroji a výstroji, mazání lyží nebezpečí na horách, organizaci lyžařských závodů, hygieně a první pomoci, případně jiné. Techniku a metodu lyžování denně probíráme v družstvech. Družstva rozdělujeme po 10—15 posluchačích, které vede kvalifikovaný instruktor, teoreticky i prakticky dobře fundovaný. Desetidenní kurs má 40—48 hodin lyžařského výcviku, tj. 56—64 vyučovací jednotky. Vlastní výcvik je diferencován do tří skupin.

1. lyžařský výcvik vyspělých lyžařů
2. lyžařský výcvik průměrných lyžařů
3. lyžařský výcvik začátečníků - nelyžařů

U družstev začátečníků probíhá výcvik na krátkých lyžích, které postup výuky usnadňují a výsledky jsou daleko kvalitnější. Zařazujeme také výcvik na běžecích lyžích. Tímto diferencovaným přístupem, výcvikem na krátkých a běžecích lyžích, využitím vleků a lanovek, vysvětlováním techniky lyžování, kvalitními instruktážními filmy, dosahujeme zefektivnění lyžařského výcviku.

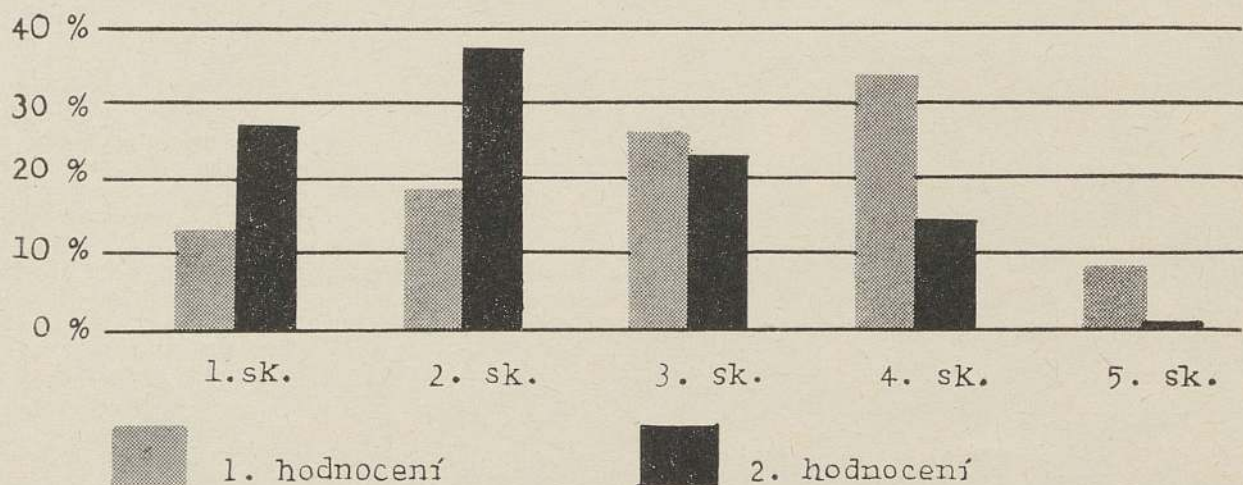
Provedli jsme sledování posluchačů I. ročníku lékařské fakulty Univerzity Palackého v Olomouci ve věku 19—20 let na zimních výcvikových kursech. Posluchače jsme rozdělili do skupin podle techniky provádění změny směru a podle stupně zvládnutí této techniky. Hodnocení lyžařské vyspělosti jsme prováděli na mírném a upraveném svahu.

1. skupina — srovnání oblouky, technika jízdy dobrá
2. skupina — srovnání oblouky v širší stopě, technika jízdy nedokonalá
3. skupina — přívrtné oblouky
4. skupina — oblouky v pluhu
5. skupina — neumí změnit směr jízdy

Hodnocení jsme provedli vždy na začátku a na konci lyžařského kursu. Tabulka ukazuje rozdělení posluchačů do jednotlivých skupin a jejich přesun po druhém hodnocení.

skupiny	1.	2.	3.	4.	5.
1. hodnocení v %	9-16	18-19	24-28	32-37	5-11
2. hodnocení v %	20-32	33-40	16-32	12-15	0
Ø 1. hodnocení v %	13	19	26	34	8
Ø 2. hodnocení v %	26	37	23	14	0

PROCENTUÁLNÍ ROZDĚLENÍ POSLUCHAČŮ VE SKUPINÁCH



Na začátku kursu byla přibližně třetina posluchačů v 1. a 2. skupině, čtvrtina posluchačů ve 3. skupině a více než třetina ve skupinách 4. a 5. Po skončení kursu bylo zařazeno do 1. a 2. skupiny téměř dvě třetiny posluchačů, do 3. skupiny čtvrtina posluchačů. Je to výrazné zlepšení u většiny účastníků kursů. Je zajímavé, že lyžařská vyspělost dívek je ve srovnání s chlapci na nižší úrovni. Musí-

me zdůraznit, že nám nejde jen o zlepšení lyžařské techniky, ale i o její vhodné aplikování v různém terénu a při různých sněhových podmínkách.

Na závěr lze konstatovat, že lyžařské kursy na naší fakultě, organizované v tomto časovém rozsahu, s takto organizovaným výcvikem, významně zrychlují a z kvalitují lyžařský výcvik.

VLASTIMIL ŠTEKR, KTV UP

Lyžovanie NA UMELEJ HMOTE v tréningu prípravného obdobia zjazdára

Novovybudované lyžiarske svahy s umelou hmotou u nás sa stali „ťahákom“ pre letné lyžovanie početných rekreačných vyznavačov bieleho športu. Pre lyžiarov-pretekárov rovnako otvorili ďalšie možnosti spestrenia a skvalitnenia tréningu v prípravnom období. Každý lyžiarsky oddiel nemá možnosť zabezpečiť pretekárom systematický letný tréning na snehu v zahraničí alebo vo Vysokých Tatrách. Takýmto pretekárom môže tréning na umelej hmote pomerne úspešne preklenúť nedostatok tréningu na snehu počas prípravy v letnom a jesennom období.

Lyžovanie na svahu s umelou hmotou má však svoje špecifické zvláštnosti a nie je celkom rovnocenné jazde na snehu. Napriek tomu je pre mnohých pretekárov pravidelný tréning na umelej hmote cennou možnosťou nácviku a zdokonaľovania zložitej techniky zjazdového lyžovania. Prípravné obdobie je najdôležitejšia a časovo najdlhšia časť ročného tréningového cyklu zjazdára, kedy každý lyžiarsky tréning absolvovaný na snehu či na umelej hmote sa celkom určite kladne prejaví na výkonnosti pretekára v hlavnej sezóne.

V júli t. r. sme absolvovali s dorasteneckým výberom SSR v zjazdovom lyžovaní dlhodobjší (týždenný) výcvikový tábor, ktorého podstatnú náplň tvorilo práve lyžovanie na umelej hmote. Pretekári jazdili denne 1,5–2 hod. a všetci sa dokázali už po prvom tréningu vyrovnáť s odlišným povrchom bez väčších problémov. Po dvoch dňoch rozjazdovania sme mohli pristúpiť k tréningu jazdy v oblúkoch. Tu sme sa zamerali najmä na zdokonalenie schopnosti správneho preklápania lyží z plôch na hrany a späť, ďalej na zlepšenie plynulého klzania lyží v oblúku. Medzi lyžovaním na snehu a umelej hmote sme pozorovali, že pri dynamickej jazde v oblúkoch u ťažších jazdcov dochádzalo k úplnému stlačeniu „kefiek“ a k nasledujúcemu „ustreleniu“ lyží. Ťažší lyžiari, vážiaci okolo 40–50 kg,

ale ani razantnou jazdou nedeformovali v oblúkoch „kefky“ úplne. Pre nich boli vlastnosti umelej hmoty viac podobné snehu. Z toho vyplýva, že tréning na hmote by mala využívať vo zvýšenej miere najmä mládež. Vlastnosti umelej hmoty možno vo všeobecnosti porovnávať s tupým, málo vodivým a tvrdým snehovým podkladom. Tréning na nej možno s úspechom využiť na zdokonalenie správneho klzania lyží v oblúkoch i pri priamom zjazde (pocit „sklzu“). Viacerí tréneri i pretekári považujú umelú hmotu za 70–80-percentnú náhradu snehu.

Lyžovanie na umelej hmote je možné zaradiť do týždenného tréningového plánu (1–3X) vo forme samostatných tréningových jednotiek počas celého prípravného obdobia. Pre lyžiarske oddiely, ktoré nemajú v blízkosti možnosť jazdenia na hmote, je výhodnejšie toto zaradiť do programu pravidelných VT.

K lyžiárom, ktorí sa po prvý raz vyberú trénovať na svah s umelou hmotou, máme niekoľko rád:

— Vezmite si staršie (tréningové) lyže s dobrými hranami. Bodce palíc opatrite nástavcami z gumovej hadice tak, aby sa pri zapíchnutí neborili.

— Oblečte si staršie oblečenie (texasky, montérky) a pamätajte, že aj v najteplejšom počasí treba jazdiť v odevu chrániacom celé telo. Na ochranu rúk sú vhodné tenké kožené rukavice.

— Spočiatku jazdite opatrne, plynule a bez ostrejších zmien smeru. Ruky si neprevlekejte cez pútku palíc, pri páde odhodte palice a ruky zatnite v päst (prevencia pred poranením palca a prstov).

— Najvhodnejšie je jazdiť ráno alebo podvečer, kedy má hmota lepší sklz.

Na záver chceme upozorniť na výborné možnosti usporiadania VT na umelej hmote v Gelnici na východnom Slovensku. Obetaví lyžiarski funkcionári a členovia TJ Slovan Gelnica vybuďovali ako prví na Slovensku vo svojom lyžiarskom stredisku nad mestom svah s umelou hmotou. Priamo nad svahom je možnosť ubytovania v chate TJ. V blízkej budúcnosti pribudne v tomto areáli nový hotel TJ so 48 lôžkami a stravovaním. Prekrásne okolie Gelnice možno využiť na kondičné behy, turistiku a cyklistické tréningy po náročných, zväčša horských cestách. V letnom období poskytuje blízka Ružínska priehrada bohaté možnosti plávania a vodných športov. Prostredníctvom oddielu vodných športov TJ Slávia VŠT Košice dá sa zabezpečiť jazdenie na vodných lyžiach.

Dr. VLADIMÍR HELLEBRANDT

zodpovedný tréner dorast. výberu SSR

Zlepšení výchovné práce u skokanů

Svazácká skupina čs. reprezentačního družstva lyžařů-skokanů pomáhá vedení týmu k prohloubení politicko-výchovné práce a plnění úkolů celoročního plánu na tomto významném úseku. Přispěl k tomu i závazek, který vyhlásila k 30. výročí osvobození naší vlasti hrdinnou Sovětskou armádou. Přestože v nové sezóně 1975–76 došlo ke změnám v reprezentačním kolektivu bylo při kontrole zjištěno, že závazek skokani průběžně plní.

Velmi úspěšný průběh měly dosa- vadní besedy, především s mládeží. Nejvíce jich uskutečnili organizátor skupiny SSM mistr světa v letech na lyžích Karel Kodejška a kapitán reprezentačního týmu Rudolf Höhn. Zasloužilý mistr sportu K. Kodejška spo-

lečně s vzorným trenérem reprezentačního kolektivu J. Bulínem v průběhu Československé spartakiády besedovali také dvakrát s jejími účastníky v Národním muzeu v Praze. Není bez zajímavosti, že to byla po hokejistech druhá nejpočetněji navštívená beseda. Mimořádný význam mají setkání našich reprezentantů s mládeží. To se ukázalo v Lomnici nad Popelkou v místní ZDŠ, v Liberci, kde při výcvikovém táboru se setkali skokani s pionýrskou skupinou svých následovníků z Kraslic, jakož i při střetnutí kapitána týmu R. Höhna s pionýry v Severočeském kraji při Mezinárodním dnu dětí.

Na kontě reprezentačního družstva přibývají také brigádnické hodiny,

především na výcvikových táborech při úpravách můstků i jiného tělovýchovného zařízení. Členové skupiny SSM připravují také uspořádání veřejného závodu pro mládež, při němž budou působit jako rozhodčí. Olympijská sezóna je ve znamení zvýšení tréninkového úsilí k dosažení vyšší úrovně, která je nutná pro účast na ZOH. Je snaha odstranit sebedení kázeňské nedostatky, což se zatím daří.

Také juniorské reprezentační družstvo skokanů utvořilo svazáckou skupinu a trenéři Jiří Raška a Pavel Mikeska se mohou pochlubit prvními dobrými výsledky svých svěřenců na tomto úseku.

-tr-

Úloha INTERSKI v zábraně lyžařských úrazů

Úrazovnosť je závažným problémom lyžařského športu. S obrovským rozšírením lyžovania počet úrazů vzrostl natolik, že je nutno myslieť nejen na osobnı́ postihnenı́ jednotlivce, ale dokonca i na národohospodárske škody. Použijme niekoľko údajů z jednánı́ X. kongresu Interski. Ve Švı́carsku sa počítá ročne s 65 000 úrazů (v r. 1972 dokonca 80 000), ktoré spôsobı́ národohospodársku škodu asi 500 miliónů šv. franků (téměr 1 % národného dýchodu). V Rakousku sa príhodi za rok asi 80 000 lyžařských úrazů. V USA je na 1000 lyžařů šest úrazů, u začátečníků až 25. Odhaduje sa, že na světě je 30 miliónů lyžařů. Ze všech úrazů je každý 10. športovní a každý 30. se stane při lyžování.

Statistické zjišťování a vyhodnocování těchto úrazů je velmi obtížné. Ještě obtížnější je stanovenı́ pravé příčiny a tím i hledání cesty k jejímu odstranění. Navíc tři lyžařské športovní a závodní disciplíny přınášejı́ své vlastnı́ specifické problémy. Rozvrhněme si zdroje úrazů do tří základních oblastı́: terén — výzbroj a výstroj — technika jízdy. Úpravě terénu, tratı́ (jak běžeckých, tak sjezdových) i skokanských můstků je věnována čim dál větší pozornost. Technika zdokonaluje netušenou měrou výzbroj a výstroj. Někdy sice ve smyslu negativním, ve snaze o větší výkon, ale v daleko větší míře k prevenci lyžařských úrazů. „Lyžařské umění“ bylo vždy mocným faktorem v zábraně úrazu. Vždyť závodník, který je při svém vrcholném výkonu a tréninku vystaven nebezpečı́ úrazu mnohem častěji než příležitostnı́ športovec, se chrání především dobrou technikou. A proto ve vyučování techniky je základem bezpečnosti. X. kongres Interski ve Vysokých Tatrách se touto otázkou zabýval především ve dvou referátech, zcela zaměřených na tuto problematiku.

Doc. dr. Eduard Rabofsky z Rakous-

ka přednesl obsáhlý referát s názvem „Vyučování jízdy na lyžích — velká rezerva v předcházení úrazům“. Ve své všeobecně pojaté přednášce, bez uvedení konkrétních čı́sel se zabırá výhradně problematikou výuky tzv. „alpského lyžování“, tedy v zásadě technikou sjezdovou. Hodnotı́ velmi kladně trvalý přınos lyžařské výuky k snižování úrazovnosti. Vyhodnocenı́ velkého počtu lyžařských úrazů ukazuje, že jejich počet je při kursech, vedených učitelı́ z povolání, povinných školních výcvicích a výcviku ve spolcích, nízký. Rovněž tak při výcviku v armádě. Na druhé straně vidı́ docent Rabofsky velké nedostatky, které by bylo možno zlepšit nebo odstranit. Je to především redukovánı́ lyžařské výuky na rozvíjení a návyk lyžařských pohybových forem na připravených a vybraných plochách, takže většina lyžařů je může použıt jen za vhodných podmı́nek. Výuka by měla být naopak hlubší a intenzivnější. Při výskytu nebezpečných situací, ať jsou způsobeny poměry sněhovými, počasım či terénem nebo masovým provozem na tratı́ch, je výsledek výuky, omezené pouze na způsob jízdy, příliš úzký. Vyhodnocenı́ všech případů jed-

noznaně ukazuje, že v alpských zemích jsou úrazy při lyžování, vedle úrazů při dopravních nehodách a úrazů pracovních významným podı́lem poškozování zdraví a tím i finančních ztrát. Autor doporučuje získávání kvalifikovaného materiálu o příčinách úrazů pozorováním na některých tratı́ch a dotazováním nemocných. Pro mobilizaci lyžařské výuky v zájmu úrazové prevence má podstatný význam systematické vyhodnocenı́ poznatku, že téměř každý úraz je způsoben chybným postupem lyžaře i když příčiny mohou být rozličné a často velmi vzdálené. Pokud jde o chyby v oblasti lyžařské techniky, cítı́ se lyžařská výuka odpovědna za jejich odstranění. Ale zatím je málo rozšířený výzkum použitých pohybových forem i navrhovaná zlepšení, pokud jde o jejich hodnotu pro bezpečnost lyžování.

Obšırný, čı́sly oplývající a konkrétnı́ referát s názvem „Výuka lyžování a bezpečnost“ přednesl Karl Gamma ze Švı́carska. Zabývá se současnım stavem úrazovnosti při lyžování. Rozebırá velmi četné statistiky při dobře podchycené výuce ve švı́carských lyžařských školách i při lyžování neorganizovaném v různých státech světa. Relativnı́ počet úrazů, vztahovaný k počtu vyučovacíh hodin, k počtu ujetých kilometrů nebo výškových metrů, má podle některých údajů klesající tendenci. Dokonce i absolutnı́ čı́slo pokleslo, podle zprávy Švı́carského pojišťovacího ústavu v letech 1968—1972 o 33,44 %. Jako příčinu hodnotı́ zpráva Švı́carského lyžařského svazu v 38 % technickou nevyspělost nebo únavu. Autor přıkládá dosavadnı́ úspěchy v předcházení úrazům dobré metodice při organizovaně výuce lyžování. Tato musí být jednoduchá a funkčně zaměřená. Běžná základnı́ cvičenı́ nesmı́ být příliš brzo zaměněna za komplikovaná, odpovídající vyš-

Připravu na XII. zimnı́ olympijské hry v Innsbrucku mobilizují k mimořádné aktivitě. Začiatok februára 1976, kedy ZOH otvorila, je zďanlivo ešte ďaleko, ale to vôbec neznamená, že sa môžeme oddávať odpočinku. Platı́ to aj pre našich zjazdárov, ktorí tak milo prekypavili výbornými výkonmi v uplynulej sezóne. Aj najnovšie si začiatkom júla t. r. priniesli z francúzskeho strediska Alpe d'Huez cennú trofej „Pohár národov“ za vynikajúce výkony mužov aj žien v obrovskom slalome.

Reprezentacné družstvo žien, do ktorého zariadili nové mladé zjazdárky, už má za sebou niekoľko sústredenı́. Pod vedenım zodpovedného trénera Ladislava Zacharidesa a druhého trénera Alexandra Egházzyho zamerali celú prípravu tak, aby forma vyvrcholila na ZOH. K tomu nám L. Zacharides poskytol niekoľko informáciı́:

„Zásadne vedieme všetky členky družstva k pevnej disciplı́ne v tréningu aj v osobnom živote. Chceme, aby okrem zodpovedného prı́stupu k reprezentácii mali potrebnú hrdosť reprezentantiek socialistickej telovýchovy. Môžem povedať, že som sa u všetkých stretol s plným pochopenım, a

Zamerané na ZOH v Innsbrucku

to aj vtedy, keď podstatne zvyšujeme tréningové dávky i nároky na fyzickú kondı́ciu a morálnu silu.“

▲ Aké ciele ste si pre sezónu 1975—1976 stanovili konkrétně?

„Zhrnul by som tieto ciele do štyroch bodov:

1. Na základe výsledkov dosiahnutých v sezóne 1974—75 chceme, aby sa na ZOH prebojovali 3—4 pretekárky.

2. Na ZOH v Innsbrucku 1976 získať jedno umiestnenie do šiesteho a dve umiestnenie do 10. miesta.

3. Do ZOH dosiahnuť u jednej pretekárky také FIS body, aby v jednej disciplı́ne bola losovaná do prvej výkonnostnej skupiny.

4. V Svetovom pohári získať trikrát umiestnenie do 15. miesta a v Európskom pohári trikrát do 6. a trikrát do 10. miesta.

▲ To sú smelé plány, vyžadujúce plnē využitie možností prípravy, ale aj presné rozplánovanie a dávkovanie tréningového procesu.

„Stanovili sme si menovité úkoly. Pri tom sme rešpektovali individuálne aj kolektívne záujmy, možnosti i schopnosti. Cieľom prípravného obdobia je podstatnē zvýšenie sily, rýchlosti a vytrvalosti. V hlavnom období sa zameriame na vyladenie športovej formy tak, aby vyvrcholenie výkonnosti prišlo v termı́ne ZOH. Využijeme na to okrem špeciálneho tréningu na snehu aj prvú časť pretekov Európskeho a Svetového pohára do 20. januára 1976. Pôjde tu predovšetkým o maximálny zisk FIS bodov a tým aj možnosti štartu v lepších výkonnostných skupinách pretekárov nominovaných na ZOH. Od mája 1975 do februára 1976 absolvujú dievčatá 171 tréning. dní v príprave na ZOH. V tomto čase najazdı́ každá z členiek družstva 4500 slalomových bránok na umelej hmote, na snehu 11 300 bránok slalomu, 13 050 bránok obrovského slalomu, 350 km zjazdu a 3460 km voľnej jazdy. Pri tom očakávame dva vrcholy formy. Prvı́ začiatkom novembra 1975 (po kondı́čnej príprave) a druhı́ — hlavný vo februári a mar-

šmu technickému nívau. Mimořádně cenným pro bezpečný začátek je několikadenní výcvik v běhu na lyžích. Otázka vhodné délky lyží pro výuku by měla být vážně diskutována. Ve světě je několik druhů škol podle délky lyží. Autor doporučuje, aby byla délka učebních lyží stanovena na 160 až 180 cm. Přináší z mnoha důvodů menší nebezpečí úrazu. Hlavní příčinou jsou pády. Začátečník se musí bezpečnému padání učit dříve než učiní špatnou zkušenost. Riziko si má uvědomovat. Je třeba na ně průběžně upozorňovat, kde se nalézá, jak je rozpoznat a jak se mu předem vyhnout. K rozšíření učebního plánu jsou vhodná tato témata:

studium a rozprava o zásadách FIS, seznámení se se značkami na trati,

úvod do nauky o lavinách,

návod k poznání motorických možností jednotlivce,

získání schopnosti kritického hodnocení poměrů sněhových, terénu a viditelnosti,

získání uváženého vztahu k faktoru „rychlost“,

výuka v použití získaných pohybových vlastností,

rady jak se chovat při pádech,

celoroční kondiční trénink nebo doplňkový sport.

Oba referáty se tedy v zásadě přimlouvají za prohloubení a rozšíření dosavadního způsobu výuky. Jednání X. kongresu Internski ukázalo, že bere otázku snížení počtu lyžařských úrazů za závažnou. Věříme, že se učitelům jízdy na lyžích podaří, ve spolupráci s fyziology, lékaři, techniky, sportovními organizacemi a pojišťovacími ústavy, snížit počet lyžařských úrazů a tím i odstranit tu negativní stránku krásného a zdravého sportu.

MUDr. ZDENĚK ELIÁŠ

ci 1976. Samozrejme počas celej prípravy sme v úzkom kontakte s trénermi v oddieloch.“

▲ Čísla, ktoré ste uviedli, kladú enormné nároky na zdravotný stav pretekárov. Ako máte zabezpečené lekárske sledovanie dievčat? Je treba brať do úvahy aj možnosť straty kondície zavinenej tvrdosťou tréningových dávok?

„Už dlho úzko spolupracujeme s MUDr. H. Lukáčovou. Dievčatá sú pod stálou lekárskou kontrolou. Laboratorne vyšetrenia celkového stavu sú pravidelné, rovnako tak previerka fyzickej zdatnosti pomocou testov vo funkčnom laboratóriu Kliniky telovýchovného lekárstva v Bratislave. Sledujeme funkciu srdca, pľúc, pohybového systému aj ostatných vnútorných orgánov, srdcovo-cievny a dýchací systém. V prípade ťažkostí sa pristupuje individuálne k opatreniam. Zdravotná starostlivosť je zabezpečená tak, aby v predolympijskej príprave nestratila pretekárka ani jediný tréningový deň vinou neúspesnej le-

RUDI TUSCH první na hmotě v Bad Aussee

Početnou soutěž 76 skokanů a sdruženářů soustředil u startu 3. ročník mezinárodních závodů ve skoku na můstku s umělou hmotou v Bad Aussee (Rakousko). Účast reprezentantů ČSSR, Finska, Francie, Itálie, Jugoslávie, NSR, Polska, Švýcarska a Rakouska potvrdila, že olympijská sezóna znamená zintenzivněnou přípravu ve všech lyžařských disciplínách. Přestože výsledky řady mezinárodních závodů na hmotě nelze přeceňovat, přináší zajímavé poznatky pro trenéry a odborníky. Potvrdil to i trenér čs. reprezentačního družstva skokanů Jáchym Bulín.

V závodě, který se stává významnou letní skokanskou soutěží v pěkném lázeňském prostředí, zvítězil celkem nečekaně Rudi Tusch (NSR) před Rakušanem Hansem Wallnerem a Polákem Stanislavem Bobakem. Z čs. reprezentantů příjemně překvapil pátým místem Jindřich Balcar a v početné konkurenci dobře zaskákali mladí členové reprezentačního kolektivu Břetislav Novák a Emil Babiš. První z nich byl sedmáctý a druhý obsadil 25. místo. Karel Kodejška, který v prvním kole propásl odraz, byl 24. a Rudolf Höhn, neskákající v dobré formě, až třicátý. Škoda, že se závodů nemohl zúčastnit Ivo Felix pro výron kotníku pravé nohy. Čs. závodníci s výjimkou Höhna skákali 23. srpna v Bad Aussee na nových skočkách Sokol, vyrobených národním

podnikem Sport v Novém Městě na Moravě. Všichni naši reprezentanti byli s nimi spokojeni.

„Byl jsem překvapen početnou účastí startujících a výkony mladých Italů, z nichž Lido Tomasi byl dokonce šestý,“ řekl čs. trenér Jáchym Bulín. „Z nejlepších Rakušanů chyběl jen Pürstl. Bylo dobré, že jsme viděli jak vypadá příprava na můstcích s umělou hmotou jinde. Celkem se neobjevily mimořádné novinky ve výzbroji a výstroji. Závodníci však skákali v kombinézách jak při soutěžích na sněhu. Můstek v Bad Aussee je obtížný a závody rok od roku soustřeďují početnější mezinárodní konkurenci. Mám radost z bojovnosti a dobrých výkonů nejmladších členů družstva Břeti Nováka a Babiše. Bylo vhodné, že jsme měli možnost kontaktu s mezinárodní konkurencí i v letní přípravě. Objevila se zde řada nových laků pro mazání lyží na hmotu. Výhodou bylo podmařné počasí, při němž se na hmotě dobře skákalo.“

Nejdelší skok u soutěži 69,5 m měl ve druhém kole Polák Bobak. Stylovými rozhodčími byli Kržnarič (Jugoslávie), Klima (Polsko), Berret (Švýcarsko) a Rakušan Pressl a Zauner. Čs. trenér Jáchym Bulín byl jedním z členů jury.

Výsledky závodu: 1. Rudi Tusch (NSR) 232,5 b. (68,5+68,5), 2. Hans Wallner (Rakousko) 231,2 (68,5+67,5), 3. Stanislav Bobak (Polsko) 229,7 (66,5+69,5), 4. Ernst Grünigen (Švýcarsko) 223,5 (65,5+66,5), 5. Jindřich Balcar (ČSSR) 222,7 (66,5+67), 6. Lido Tomasi (Itálie) 222,4 (67,5+67,5), 7. Alfred Pung 220,8 (66,5+66,5), 8. Hans Millonig 220,3 (65+65,5), 9. Karl Schnabl (všichni Rakousko) 219,9 (63+67), 10. Danilo Pudgar (Jugoslávie) 218,8 (66+64,5), 11. Tadeusz Pawlusiak (Polsko) 216,5 (64+65,5), 12. Robert Mösching (Švýcarsko) 215,9 (64,5+65,5), 13. Walter Schwabl (Rakousko) 215,4 (65,5+64,5), 17. Břetislav Novák (ČSSR) 212,8 (63+65), 19. Walter Steiner (Švýcarsko) 210,9 (63,5+64), 24. Karel Kodejška 203,0 (60+64,5), 25. Emil Babiš (oba ČSSR) 202,4 (63+62), 26. Rauno Miettinen (Finsko) 202,1 (63+61), 29. Rudi Wanner (Rakousko) 200,1 (61+63), 30. Rudolf Höhn (ČSSR) 199,5 (63,5+61), 40. Esko Rautionaho (Finsko) 191,9 (61+59), 53. Reinhold Bachler (Rakousko) 184,5 (59,5+70 s pádem).

-tr-

Nový sekretariát FIS

Dnem 1. října začla pracovat v Bernu nová administratíva FIS pod dohledem gen. sekretáře federace Sigge Bergmana. Ředitelem kanceláře je Gian Franco Kasper, jeho asistentem Arnold Bergman (syn Sigge Bergmana) a zvláštním zmocněncem Peter Baumgartner. Součástí kanceláře je tzv. technické byro, v němž dále pracují Odette Perretová a Walter Trilling. V pozdější době má být doplněn štáb pracovníků o účetního a tiskového pracovníka, který by měl také na starosti vydávání publikací. Perspektivně se plánuje reorganizace technických komisí FIS, kterých je v současné době 24 s asi 300 členy. -ok

kárskej starostlivosti. Okrem toho máme zabezpečené aj psychologické vyšetrenia.“

▲ Do reprezentačného družstva zaradili mladé dievčatá s perspektívou. Prezradte nám jeho zloženie.

„Popri skúsených Dagmary Kuzmanovej a Anny Droppovej tvoria družstvo 16-ročná Jana Šoltýsová z Kežmarku, 15-ročná Jana Zemanová z Hradca Králové, 16-ročná Jana Harvanová z Vysokých Tatier a v družstve ostala tiež Soňa Kuzmanová, ktorá vykazuje trvalo vzostupnú formu, najmä v slalome.“

Čo k tomu dodať? Je sympatické, že celá príprava je vedená pevným plánom, bez zbytočného rozruchu. Záujmom ZOH je podriadená aj účasť v Svetovom a Európskom pohári. Dievčatá tvoria dobrý kolektív, do ktorého mladé zapadli bez problémov, a čo je najlepšie — majú zdravý chuť do tréningu a vôľu podať najlepšie výkony. To spolu s dobrým vedením družstva dáva predpoklady, že stanovené ciele dievčatá na ZOH splnia.

KAROL EIDLPEŠ

Problematika náboru žáků do sportovních tříd ve Vimperku

K problému náboru žáků do sportovních tříd lyžování již bylo mnoho řečeno. Praxe jen potvrzuje, že původní názory a předpovědi nebyly zcela na místě. Předpokládalo se, že do sportovně výchovného procesu bude dosti značný nával žáků, vzhledem k přitažlivosti obsahu a náplně práce v těchto třídách. Po zkušenostech ve třech sportovních třídách platí, že vybrané kolektivy sportovních tříd se značně liší od ostatních tříd:

a) velmi dobrým prospěchem — vzhledem k prospěchovému výběru,

b) vysokou sportovní vyspělostí u žáků, z nichž většina je schopna po kratší době absolvovat i souvislý dlouhodobý trénink,

c) silným třídním kolektivem, ve věkových kategoriích i v celém kontextu sportovních tříd,

d) schopnostmi většiny dětí účelně a racionálně si organizovat „volný“ čas k učení a odpočinku,

e) zodpovědným vztahem většiny žáků kolektivu k plnění tréninkových a závodních povinností, jakož i povinností výchovně vzdělávacího procesu,

f) dobrým poměrem žáků ST ke sportovnímu materiálu školy a oddílu, jakož i k interiéru svých tříd,

g) stoprocentní organizovaností žáků ST v PO SSM,

h) ve srovnání s ostatními třídami daleko progresivnější a zodpovědnější práci SRPŠ,

i) velkými možnostmi důstojně a přitom kvalitně reprezentovat školu, oddíl, město, okres a kraj na poli sportovním,

j) možnostmi poznání daleko více krajů a prostředí po celé ČR,

k) možnostmi nejméně čtrnáctidenního souvislého pobytu na horách v zimě,

l) daleko větším počtem hodin strávených venku na zdravém vzduchu a ve zdravém pohybu, což se vel-



O kolečkové lyže je mezi naší mládeží stále větší zájem. Pomáhají k dobré přípravě na sezónu

mi dobře projevuje na růstu a zdraví žáků.

Proti těmto nesporným kladům v činnosti a výsledcích sportovních tříd vystupují některé názory, které vznikají na základě:

a) nezodpovědné nebo polovičaté práce některých pracovníků ve sportovních třídách (učitelů nebo trenérů),

b) vyhledávání a zveličování některých drobných nedostatků nebo nedopatření v činnosti ST buď některými rodiči nebo zaujatými funkcionáři,

c) pasivního poměru některých žáků v ST k celé činnosti,

d) nepochopení celkové progresivní linie tohoto druhu tříd jako článku

zkvalitnění tělesné výchovy a sportu mládeže,

e) prosazování patriotických zájmů na úkor rozvoje,

f) neochoty pomoci v řešení různých problémů, hraničících se závisí.

Obecně se dá shrnout, že v prvním roce existence sportovních tříd tyto všechny problémy ještě nevystoupily do středu děje. Je to dáno tím, že jako novinka byla otázka ST velmi aktuální a přitažlivá a že do procesu sportovních tříd bylo zapojeno poměrně málo dalších lidí — tj. veřejnosti - rodičů, složek, trenérů atd. Také finanční nároky celkem nepůsobily tak tvrdě. Všechny tyto uvedené prvky více či méně ovlivňují potom zásadní otázky, jako je třeba nábor do sportovních tříd.

V otázce vlastního náboru nelze v letošním roce a dalších letech zanedbat velmi nepříznivý zjev, jakým jsou velice nízké stavy v současných a příštích pátých třídách. Populace těchto ročníků je kritická. Ve Vimperku v letošním školním roce byly pro výběr do ST k dispozici dvě páté třídy na II. ZDŠ a tři na I. ZDŠ. Toto množství představuje zhruba 100 žáků, z nichž po prospěchovém a zdravotním výběru zbyde sotva jedna třetina. V této třetině figurují pak ještě žáci, kteří po fyzické stránce vůbec neodpovídají nárokům ST, anebo přístup rodičů k otázce souhlasu je zásadně negativní. Je až pozoruhodné, jaké důvody uvádějí rodiče pro své odmítavé stanovisko. Po třech letech existence ST někteří rodiče poukazují na značnou fyzickou námahu dětí v období celého školního roku. To jen ukazuje na špatné chápání životní úrovně v naší socialistické společnosti, kdy by se tedy děti měly „chovat jako v bavlnce“, aby zbytečně necho-

Z historie lyžařské knihovničky

O jízdě na lyžích se v literatuře poprvé hovoří v roce 550. Tato první zmínka o významu lyží jako dopravního prostředku se nachází v knize mnicha Jordana, nazvaná *De origine actibusque Getarum*. V roce 1250 pak kniha Královské zrcadlo popisuje podivné příhody na lyžích při lovu zvěře. Perský dějepisec Fadl Rašid Ed-dín už v roce 1307 vypráví o lyžích severozápadně od Bajkalu.

První písemná zmínka o lyžařském závodění je v knize známého švédského arcibiskupa Olafa Magnusa z roku 1555 nazvané *Historia de gentibus septentrionalibus*, která byla v roce 1567 přeložena i do němčiny. První výrobu lyží popisuje dánská kniha Saxonova z roku 1644. Jiná kniha tentokrátě lublaňského znalce Valvasora nazvaná *Laus Carantanis* se zabývá mj. i popisem a výrobou lyží. První samostatnou odbornou knihou o lyžování, zabývající se už i lyžařskou metodikou a vlastním výcvikem, je kniha z roku 1733 norského kapitána Emahusena, jenž měl velký podíl na zavedení lyží v armádě, a poslední kniha německého profesora a propagátora tělesné výchovy Guts-Muthsa „*Gymnastika*“, která vyšla v roce 1804.

První lyžařská literatura u nás začala vycházet až v roce 1907. Byla to osmnáctistránková brožura „*Jízda na lyžích v Čechách*“, kterou sestavil člen Českého Ski Klubu v Praze František Beneš a prodávala se za 30 haléřů, a osmistránkový spisek ostravského průkopníka lyžování Ing. Eduarda Šebely, nazvaný „*Návod k jízdě na lyžích*“, který rozmnožený za 20 haléřů prodávala Pohorská jednota Radhošť.

--še-

dily, neběhaly nebo necvičily. Toto tvrzení je mnohdy navíc zastřeno názorem, že žáci ST pro mnoho času stráveného tréninkem se ani nemají čas učit a plnit další domácí povinnosti nebo se dále rozvíjet v hudební či jazykové škole nebo v různých zájmových kroužcích. Někteří také poukazují na přílišné omezování soukromí rodin zvýšenou činností ST a to hlavně v zimním období o sobotách a nedělích. Tato otázka má svůj původ v tom, že málo rodičů žáků ST bylo v mládí aktivními sportovci. Řada rodičů žáků ST i jejich blízké okolí v sousedství nebo zaměstnání nedokáže pochopit, proč je dobré mít dítě ve sportovní třídě, kde se podrobuje náročnému tréninku, když nedosahuje špičkové úrovně a pohybuje se v průměru nebo dokonce v podprůměru. Někteří rodiče pak nevhodně ovlivňují veřejnost svými názory na možnosti a požadavky sportovních tříd. Poukazují například na vysoké finanční nároky na žaka ST. Přitom nevidí velké investice, které jsou do žáků ST vkládány naší společností. Toto tvrzení v souvislostech tedy není vůbec opodstatněné.

Pozoruhodné a nepříjemné je i to, že v tradičních „lyžařských“ obcích Stašich a Zdíkově panuje na sportovní třídě nepřilíh dobrý pohled. Ovlivňují to místní zájmy školy a TJ. Dojíždění žáků do Vimperka je sice závažným problémem, nikoli však důvodem pro striktně odmítavé stanovisko. Otázky náboru ovlivňuje i rivalita mezi dalšími silnými oddíly TJ ve městě — ledním hokejem a v poslední době házenou. Zde vidíme rozpor mezi programem IV. sjezdu ČSTV a praxí. Bude třeba podporovat hnutí sportovních tříd, jako prvního článku pro výkonnostní sport mládeže. Dítě v tréninku není nikdy ztraceno pro přechod po 15. roce do hokejového nebo házenkářského oddílu. A tento tréninkový proces je zákonitě kvalitnější než tomu může být u těchto oddílů vzhledem k časovým možnostem tréninku. O odbornosti a plánovitosti přípravy nelze vůbec pochybovat.

Negativně v otázce náboru se projevuje i špatné hygienické vybavení školy. Tento ožehavý problém bude ještě letos vyřešen výstavbou pavilónu ST. Také zodpovědný přístup k náboru na jiných školách a to i na II. ZDS ve Vimperku nemá potřebnou úroveň. Stále je patrná neochota ztrácet čas a dobré žáky fundovaným přesvědčováním. V oblasti náboru musíme proto řešit problémy radikálněji a důsledněji.

Je třeba zajistit užší spolupráci s OPS TV na okrese a jednotlivými tělocvikáři všech ZDS. Pokusit se je zavést do systému a smyslu sportovních tříd. Na tzv. „náborové“ školy zasílat náborové a propagační materiály a určit na těchto školách ještě jednoho tělocvikáře zodpovědného za nábor žáků do ST I. ZDS Vimperk. Tento učitel by měl být konkrétně informován o životě a činnosti sportovních tříd.

Dosavadní způsob náboru na jiných školách obohatit o přímější prvky. Bude třeba na klíčových školách uskutěnit nábor osobně a na patřičné úrovni — besedy se žáky 5. tříd a hlavně s jejich rodiči. Sportovním třídám a samotnému náboru by prospě-

lo každoročně ve vhodném termínu a prostředí pořádat veřejnou besedu, spojenou s výstavkou o životě sportovních tříd, zvláště pro rodiče žáků ST. Při té příležitosti by se mohly také řešit některé problémy a zodpovídat dotazy veřejnosti. Za letošní rok by těch otázek bylo dost, ale bylo by také čím se pochlubit.

Všechny uvedené okolnosti mají zásadní vliv na možnosti a průběh náboru do ST Vimperk. Faktem zůstává, že pokud bude ve Vimperku pro výběr jen 20—30 žáků, rozhodně to kvalitě „vybraného“ kolektivu na síle nepřidá.

KAREL HUDEČEK
trénér ST lyžování

25 let národního podniku SPORT

Národní podnik Sport, který je hlavním čs. výrobcem lyží, oslavil letos dvacetipětileté trvání. Byl ustanoven výnosem ministra průmyslu v červenci 1950 a jeho zakladatelé si vytyčili nesnadný cíl: konsolidovat roztržštěnou výrobu sportovních potřeb, vyráběných v tehdejší době převážně řemeslným způsobem v téměř pařesáti soukromých provozovnách, do výrobního celku s charakterem tovární výroby. Úkolem bylo racionálně a efektivně vyrábět co největší počet tehdy i v současné době tak potřebných a žádaných výrobků sportovního charakteru.

Je málo oborů průmyslové činnosti, v nichž by se tak výrazně projevila stoupající životní úroveň socialistického člověka zvláště se zřetelem na využití jeho volného času a regenerace pracovních sil stále stoupajícího požadku po sportovních výrobcích. Významným organizačním opatřením v roce 1957 bylo rozhodnutí o začlenění národního podniku Start do národního podniku Sport. Národní podnik Start byl řízen ústředním orgánem tělesné výchovy a zabýval se převážně výrobou tělocvičného nářadí. V této době měl národní podnik Sport celkem 46 provozoven. Postupně byly malé a nevyhovující dílny likvidovány a zapojeny nové výrobní celky, mezi nimi i závod Hluk. Zde byla zavedena výroba lyží a tím byl řešen kritický nedostatek lyží na trhu. Závod Hluk původně vyráběl násady, parkety a jiné drobné výrobky. V poměrně krátké době zde byla provedena specializace při výrobě lyží a pádel, jakož i tělocvičného nářadí.

V jubilejním 25. roce trvání má národní podnik Sport deset závodů. Závod 06 v Novém Městě na Moravě vyrábí lyže turistické, běžecké a skokanské, závod 07 v Bedřichově lyže sjezdové a závod 08 v Hluku dětské lyže, kromě kluzek, pádel a tělocvičného nářadí. Při založení zaměstnával podnik 620 zaměstnanců s objemem výroby 20 miliónů Kčs, v letošním roce má 2000 pracovníků s objemem výroby 249 miliónů Kčs. To znamená, že počet zaměstnanců stoupl na 323 %, objem VZ na 1245 %. Tento vzestup byl možný jen koncentrací výroby do větších výrobních celků, sériovou výrobou nosných výrobních sortimentů, stálým zvyšováním produktivity práce, modernizací strojního parku, výstavbou nových nebo přestavbou starých provozoven, odborností a sportovními zkušenostmi velké části pracovníků.

Výroba se rozvíjela nejen co do množství a kvality, především však v technologii. Tak například z původních celojasanových lyží, s nimiž v národnímu podniku Sport začínali, dnes nevyrábějí ani jeden pár a výroba byla přebudována po stránce technologicke na lyže lepené s použitím plastických hmot a kovů. Národní podnik získal šestkrát ocenění svých výsledků udělením Rudého praporu a šest pracovníků bylo vyznamenáno Za vynikající práci. Běžecké závodní lyže Falun na Mezinárodním veletrhu sportovního zboží v Brně v roce 1973 byly vyznamenány zlatou medailí a v téže roce na Intersportu v Bratislavě dostaly zlatou medaili skokanské lyže Sokol. Letos na těchto lyžích získal titul mistra světa v letech na lyžích na Kulmu zasloužilý mistr sportu Karel Kodejška. V současné době všichni členové čs. reprezentačního juniorského družstva skáčou na Sokolech a je o ně velký zájem. Velké pozornosti se těší také běžky Sapporo, Falun, Favorit i Sprint. Celkovou výrobou více než 300 000 párů lyží ročně patří n. p. Sport mezi největší světové výrobce lyží s rozsáhlým sortimentem, pokrývajícím všechny druhy lyží. O úspěchu lyží Artis svědčí skutečnost, že více než třetina produkce se exportuje do lyžařsky nejvyspělejších zemí jako do Skandinávie, Švýcarska, NSR, Kanady a mnoha jiných.

A. T.



Švýcarka Marie-Theres Nadigová již několik let patří k nejlepším závodnicím ve sjezdových disciplínách.

ZA KARLEM PAPEŽEM

Již není mezi námi ta známá, krásná, vždy usměvavá a tak lidská tvář Karla Papeže. Studnice věčné pohody, humoru, krásného lidství a přátelství. Člověk, který tyto vzácné dary celý život kolem sebe rozdával.

Zemřel náhle uprostřed svých rodných valašských hor ve Valašských Kloboukách ve věku 65 let. Před více než 40 lety zakládal otrokovickou lyžařinu, které byl celou dobu věrný. Působil v mnoha funkcích, dlouhá léta jako předseda lyžařského oddílu. Byl výborným organizátorem, který nechyběl při žádné akci. Kam přišel, všude přinesl příjemnou pohodu a chuť do práce. Nám starším vrstevníkům se s ním moc dobře pracovalo. Vychoval i mnoho mladých následovníků, na které měl velmi dobrý vliv. Vždy byl jako jejich táta. Zůstali jsme jako opuštění synové a děti hor.

Utichnou, Karle, hřebeny hor od tvého zpěvu, ztichnou bílé a stříbrné pláň. Nebuď mezi nás již rozdávát tu jiskřivou radost a zážitky na horách. Nebuď naslouchat šumění svých hor, ani rozprávět se sněhovou vločkou na rukávě. Za tak bohaté čtyři desítky let pro rozvoj lyžování v našem kraji ti ani neumíme dost poděkovat.

Karle, jako bys ani neodešel, jako bys zůstal navždy mezi námi. Chceme pokračovat v tom velkém díle. Uzavřelo se kus bílé historie, ale lyžování půjde dál. Musí, protože sis to vždy přál. Čest tvoji památce!
Zdeněk Martinů

Smrt JUDr. Ivana Marušiaka

Při havarii letadla 19. srpna u Damašku zahynul JUDr. Ivan Marušiak ve věku 53 let. Vracel se z dovolené na své služební místo v Teheránu. Byl zpopelněn 3. září v krematoriu v Praze-Strašnicích.

Jako člen Lyžařského klubu Slavia zúčastnil se koncem třicátých let a začátkem čtyřicátých let mnoha závodů ve sjezdových disciplínách. Při nich se často umístil mezi nejlepšími deseti. Při svém čtyřletém působení v Teheránu zůstal věren tomuto krásnému sportu v pěkných horských terénech pod Demaventem.

Kamarádi jeho generace na něj jistě vzpomínají. Čest jeho památce!



Můstek v Bad Aussee je největším lyžařským můstkem s umělou hmotou v Rakousku. K přípravě sem jezdí také reprezentanti NSR a Švýcarska

Tréninkové středisko mládeže v Tanvaldě

V rekreačním středisku národního podniku SEBA v Navarově bylo 7. června slavnostně otevřeno tréninkové středisko mládeže v lyžování při TJ Seba Tanvald. V prostorách bývalého zámku za přítomnosti představitelů politického a společenského života zahájil jeho činnost vedoucí odboru pro sportovně talentovanou mládež ČTJ ČSTV s. Lubomír Fáček. Závěrem byla podepsána dohoda o vzájemné spolupráci a podpoře v oblasti politické a sportovní výchovy mládeže mezi TJ Seba Tanvald a vedením TSM na jedné straně a vedením nár. podniku SEBA a PV ROH nár. podniku SEBA na druhé. Tato dohoda bude ještě rozšířena o spolupráci s místními národními výbory a SSM.

V nově otevřeném TSM v Tanvaldě bude soustředována sportovně talentovaná mládež z tanvaldské spádové oblasti od Josefova Dolu až po Vlastiboř, Zlatou Olešnici a Kořenov. V současné době je do TSM zařazeno celkem 55 mladých sportovců ve věku od 10 do 18 let. Ve středisku budou pracovat dva trenéři z povolání a organizačně hospodářský pracovník, dále na částečný úvazek šest dobrovolných trenérů a lékař. Rada TSM je doplněna o metodika OV ČSTV.

Při slavnostním otevření TSM bylo také vyhlášeno deset nejúspěšnějších sportovců TJ Seba Tanvald v sezóně 1974—75, kteří všichni splňují kritéria přestupu do středisek vrcholového sportu mládeže a s největší pravděpodobností během letošního roku z TJ Seba odejdou. Nejúspěšnějším

sportovcem roku byla vyhlášena členka čs. reprezentačního juniorského družstva běžkyň Jana Strnádková za dobré umístění na přeboru ČSSR, vítězství v mezinárodních závodech v Jugoslávii a Bulharsku, čestné umístění na závodech Družba v Polsku, kde obsadila čtvrté a šesté místo a za účast a umístění na juniorském mistrovství Evropy v klasických disciplínách ve Finsku. Na dalších místech se umístili: 2. Petr Uman, 3. Zdena Janovská, 4. Ela Ptáčnick, 5. Dana Koldovská, 6. Martin Čuřík, 7. Miluše Rennerová, 8. Zdena Vacková, 9. Josef Samek, 10. Jindřich Bambušek. Všichni vyhlášení sportovci byli odměněni upomínkovými cenami. Přátelskou besedou sportovců a přítomných hostů bylo slavnostní otevření TSM zakončeno.

SVĚTOVÝ POHÁR ŽEN V GRINDELWALDU NEBUDE

K mezinárodním závodům žen ve sjezdových disciplínách, zařazených do Světového poháru, patřil Grindelwald v prvním lednovém týdnu. Tentokrát bude závod uskutečněn 8. a 9. ledna 1976 v Meiringen/Haslibergu, protože z Grindelwaldu není možno v té době uskutečnit barevný televizní přenos a černobílý by prý nebyl prodejný. V Meiringenu je také záruka dobrého příjezdu přenosových vozů, neboť sjezd končí na asfaltové silnici.

Fotografie na první a zadní straně obálky Ladislav Zacharides, na druhé straně archiv a na třetí straně obálky Jaroslav Trousil.

Fotografie uvnitř měsíčníku ing. Pavel Borský, Jaroslav Trousil a Ladislav Zacharides.



ZOH 1976 v Innsbrucku připraveny

XII. zimní olympijské hry 1976 v Innsbrucku jsou po všech stránkách dobře připraveny. Budou nejpětší sportovní událostí zimního období příštího roku. Chceme čtenáře Lyžařství seznámit s dějišti velkých bojů o olympijské medaile. Na prvním obrázku je olympijská vesnice v jižní části Innsbrucku, která se-stává z 35 domů s 1714 místnostmi pro ubytování účastníků her. Jedná se o dvoulůžkové a jednolůžkové pokoje na obytné ploše 51 010 m². Na druhé fotografii je slalomová trať mužů dlouhá 470 m s výškovým rozdílem 220 m. Start je v nadmořské výšce 1830 m, cíl v 1610 m. Třetí obrázek přináší pohled na pětakilometrovou běžeckou trať žen v Seefeldu.





coll: eto ju 81

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ LISTOPAD 1975 ♦ Kčs 3,— 11





Spolupráce československých a sovětských trenérů

Spolupráce československých a sovětských trenérů v lyžování má dobrou tradici. Projevuje se při každém střetnutí reprezentantů obou zemí na mezinárodních závodech. Bylo tomu tak i letos při Chibinském jara v Kirovsku za polárním kruhem, které uzavíralo mezinárodní sezónu sdruženářů. Zde si vyměňovali své zkušenosti trenér čs. sdruženářů Josef Kutheil s trenérem sborné Eduardem Dubrovským. Hovořili zejména o přípravách na olympijskou sezónu, větším využití kolečkových lyží a můstků s umělou hmotou v letním období. Eduard Dobrovskij připomenul, že sověští sdruženáři mají také mistrovství SSSR ve skocích na hmotě a na asfaltové dráze na kolečkových lyžích. Vzájemná výměna poznatků byla velmi cenná, neboť českoslovenští i sověští lyžaři se snaží zlepšit své výsledky v této disciplíně, v níž v poslední době neměli takové úspěchy jako v minulosti.

Na prvním obrázku je vítěz Chibinského jara v závodě sdruženém Alexej Baranov (SSSR) při běhu na 15 km, v němž zvítězil. Na druhém je čs. reprezentant Josef Pospíšil, který v klasifikaci 31 sdruženářů obsadil čtrnácté místo. Na třetí fotografii vítěz bronzové medaile František Zeman (ČSSR) a na čtvrtém Jurij Voronin (SSSR), který byl druhý v tomto mezinárodním závodě sdruženářů, při startu patnáctky.



Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

ZHODNOCENÍ
ROKU 1975

KALENDÁŘ
HLAVNÍCH ZÁVODŮ 1976

ÚSTŘEDNÍ TRENÉR
K ZOH 1976



NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY BLANKA PAULŮ, KTERÁ BYLA ČS. BĚŽKYNÍ Č. 1 V SEZONĚ 1974—75 A PATŘÍ K NEJVĚTŠÍM ČS. NADĚJÍM NA ZOH 1976 V INNSBRUCKU. — NA ZADNÍ STRANĚ ÚPRAVA BĚŽECKÝCH TRATÍ PRO MEJ 1976 V JIZERSKÝCH HORÁCH V OKOLÍ BEDŘICHOVA. UKAZUJE BRIGÁDU V PODZIMNÍM OBDOBÍ POD VEDENÍM VLADIMÍRA HÁJKA V PLNĚ PRÁCI

Lyžařství

Ročník 61

Číslo 11

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janeček. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, ing. P. Borský, K. Eidipes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 86 5 51. Redakční uzávěrka: K 1. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávký přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 1. října 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813

ZOH 1976 se blíží

Poslední měsíc letošního roku a leden 1976 jsou ve znamení intenzivních příprav lyžařů celého světa na XII. zimní olympijské hry v Innsbrucku, které budou zahájeny 4. února 1976. Dvanáct dní se bude v Rakousku bojovat o olympijské medaile a zraky příznivců sportu celého světa budou upřeny k této nejvýznamnější události zimní sezóny. Innsbruck v průběhu tří let pečlivě připravil toto soutěžení, neboť rakouští organizátoři měli bohaté zkušenosti z IX. ZOH 1964, které se konaly v tomto středisku zimních sportů. V prvním roce byly vypracovány plány a zajištěno jejich finanční realizování. Ve druhém roce musela být provedena výstavba a úprava sportoviště, aby v zimě 1974—75 mohly být vyzkoušeny při předolympijských závodech. Třetí rok byl využit k dokončení výstavby olympijské vesnice, tiskového střediska a jejich vybavení, jakož i závodních drah a stadiónů nejmodernějšími technickými zařízeními, která jsou nezbytná při této světové události. Plán organizačního výboru her byl nejen

dobře připraven, ale také pravidelně plněn. Jeho činníci dovedli překonat i některé těžkosti, bez nichž se žádný tak velký podnik neobejde. Zdá se, že příprava ZOH 1976 v Innsbrucku bude úspěšným olympijským modelem pro organizátory dalších olympijských her v budoucnosti. Pořadatelé pravidelně informovali celý svět o postupu přípravných prací a olympijské výstavbě. Přispěl k tomu i velký počet tiskových konferencí.

Na kongresu Mezinárodní asociace sportovních novinářů (AIPS) v Dublinu tiskový šéf ZOH 1976 Bertil Neumann informoval zástupce tisku celého světa o přípravách zimních olympijských her a technických zařízeních pro novináře v Innsbrucku. Velký zájem byl pochopitelně o akreditaci zástupců tisku, která se ubírá směrem „jednoduchých her“ a byla značně omezena. Zatímco na posledních ZOH 1972 v Sapporu bylo kolem 4000 zástupců sdělovacích prostředků, v příštím roce v Innsbrucku byl počet novinářů, rozhlasových reportérů a televizních komentátorů redukován na 1750. K dispozici budou mít nejen hlavní tiskové středisko, ale dílčí tisková střediska budou také na všech sportovištích a pro novináře bude zajištěna pravidelná doprava.

V průběhu letošního roku se konaly tiskové konference také v dubnu při hokejovém mistrovství světa v Düsseldorfu a při mezinárodním veletrhu v Miláně. V květnu při zasedání národních olympijských výborů v Římě byli novináři rovněž informováni o přípravách ZOH 1976. Také na 76. zasedání Mezinárodního olympijského výboru v Lausanne koncem května gen. sekretář dr. Karl Heinz Klee jeho účastníky seznámil se všemi novinkami. Podrobnou zprávu podali organizátoři her na kongresu Mezinárodní lyžařské federace (FIS) v San Francisku. Současně bylo uspořádáno šest dalších tiskových konferencí v USA a v Kanadě v těchto městech: v New Yorku, Montrealu, Los Angeles, San Francisku, Vancouveru a Torontu. Potvrdily velký zájem Američanů a Kanaďanů o ZOH v Evropě. Koncem srpna a začátkem září navštívila delegace organizačního výboru Dálný východ. Po Tokiu bylo další zastávkou dějiště posledních ZOH 1972 Sapporo. Se starostou tohoto města byly projednány všechny záležitosti, týkající se slavnostního zahájení her. Ze Sappora bude do Innsbrucku dopravena mj. také olympijská vlajka, která se vždy stěhuje do dalšího dějiště zimních olympijských her. Tiskové besedy při návštěvě organizátorů ZOH na Dálném východě se konaly také v Bangkoku a Hongkongu. Japonská televizní společnost NHK, která uzavřela letos v červenci smlouvu s organizačním výborem o televizních přenosech ze ZOH měla velký zájem o podmínky pro práci televizních komentátorů, zástupců tisku a rozhlasu.

Bližící se ZOH v Innsbrucku znamenaly, že nejlepší lyžaři si letos ani v létě neodpočinuli. Ještě nikdy v minulosti nevěnovali tolik tréninkových hodin lyžování na letním sněhu ve vysokohorských polohách na ledovcích, jakož i jízdě na kolečkových lyžích, skokům na umělé hmotě a zvyšování fyzické zdatnosti. Platí to i o čs. reprezentantech ve všech disciplínách. Jejich tréninkové deníky v minulosti nikdy neměly tolik záznamů o naježděných brankách, absolvovaných stovkách kilometrů na kolečkových lyžích a při terénních bězích, stovkách skoků na hmotě a nazdvihaných metrů při posilování. Příprava na ZOH je stále náročnější, vyžaduje příkladnou pečlivost a sebekázeň, jakož i hodně odříkání. Bez jejího splnění do všech poříbností nelze očekávat dobrý výsledek v nejlepší světové konkurenci. V minulosti naši vybraní reprezentanti nikdy neměli takovou podporu stranických, vládních a tělovýchovných orgánů jako v současné době. Podstatně se zvýšil zejména počet výcvikových táborů na letním sněhu v zahraničí, kde se připravovali nejen naši sjezdáři a sjezdárky, ale také běžci, běžkyně a sruženáři.

(Pokračování na str. 2)

ZOH 1976 se blíží

(Pokračování ze str. 1)

„Celý lyžařský svět se intenzivně připravuje na ZOH v Innsbrucku,“ řekl po návratu ze srpnového letního soustředění v rakouském Dachsteinu trenér čs. reprezentačního družstva běžkyň Bohuslav Rázl. „Společně s námi tam trénovali Finové, Jugoslávci, lyžaři NSR, Rakušané a dokonce i junioři Lichtenštejnska. Finsko bylo zastoupeno nejen běžci a běžkyněmi, ale také sdruženáři a biatlonisty. Ze žen to byla Kajosmaaová, která měla nejvyšší tréninkové dávky a držela krok s našimi reprezentantkami.“

Překvapila nás také velká účast zástupců firem, vyrábějících především lyže. Světoznámá finská firma Järvinen, setrvávající na výrobě klasičtějších dřevěných lyží, se zde náhle objevila s laminátovými běžkami. Běžecké laminátové tyče zde předváděla i firma Atomic, která se dosud specializovala jen na lyže pro sjezdové disciplíny. Samozřejmě že nechyběly s novými běžkami rakouské firmy Fischer a Kneissl, které zde měly své odborníky. Jejich dalšími konkurenty byla jugoslávská firma Elan a také Fritzeier vyrábí běžecské lyže. Finští výrobci přijeli s novými kvalitními a velmi lehkými holemi. Objevily se zde i běžecké kombinézy z nového materiálu. V Innsbrucku se dají očekávat ještě další novinky.“

Švýcarští běžci měli v září vysokohorskou přípravu na ledovci Plaine Morte pod vedením švédského trenéra Lennarta Olssona, který po jednorocní přestávce se opět vrátil do Švýcarska. Vedení švýcarského lyžařského svazu si hodně slibuje od návratu Olssona, který měl velkou zásluhu na dobrých výsledcích švýcarských běžců na ZOH 1972 v Sapporu a že švýcarská štafeta vybojovala bronzovou olympijskou medaili. Jeho přesvědčující optimismus, lidskost a téměř nevyčerpatelné vědomosti chyběly celému švýcarskému týmu běžců v uplynulé sezóně. V nadmořské výšce 3000 metrů na ledovcovém firnu měl trenér švýcarských reprezentantů úspěšný průběh. Lennart Olsson kladl důraz na chybějící základní rychlost a nedostatek síly na rovinatých úsecích, kde nasazení hole je rozhodující. Kromě přípravy na sněhu měli švýcarští běžci denně odpoledne v Montaně na horské silnici intervalový trénink. Úsek 800 m museli absolvovat až osmkrát. V tréninku nezapomínali ani na posilování s nářadím a činkami. Asistentem Olssona je Franz Oettiker ze Splügen, který má důležitou úlohu při přípravě k závodům a v jejich průběhu. Po další přípravě na



Olympijská trať obřího slalomu mužů má start prvního závodu v nadmořské výšce 2025 m a druhého ještě o deset metrů výše. Její délka je 1250 m a 1200 m s výškovým rozdílem 485 m a 425 m.

sněhu se konaly 21.—24. října ve sportovním středisku v Magglingen kontrolní testy. Na listopad je připravován výcvikový tábor ve Švédsku. V prosinci budou mít švýcarští běžci kontrolní závody v Engelbergu a pravděpodobně ve Splügeneru, první mezinárodní start se má uskutečnit 20. a 21. prosince v Davosu, kde je na pořadu běh na 15 km a štafety 3×10 km. K těmto závodům jsou pozváni reprezentanti ČSSR, NDR, NSR, Norska a Švédska.

Také švédští běžci a běžkyně trénovali koncem září a začátkem října na Plaine Morte a v polovině prosince mají znovu přijet do Švýcarska. Jejich snahou je napravit neúspěchy na posledním mistrovství světa 1974 ve švédském Falunu.

Sovětská závodníci v klasických disciplínách prodloužili sezónu 1974—75 a v jarních měsících trénovali na

Kamčatce. V letním období zvýšili počet závodů na kolečkových lyžích a závodů ve skoku na můstcích s umělou hmotou. Uspořádali také mistrovství SSSR na hmotě a asfaltu.

Nejlepší evropské závodníci ve sjezdových disciplínách využívali příznivých podmínek v létě na alpských ledovcích. Někteří z nich trénovali také v Portillu a zúčastnili se mezinárodního mistrovství Argentiny v San Carlo, kde startovali i Kanadčané. První velkou prověrkou jejich připravenosti budou již 4.—7. prosince zahajovací závody Světového poháru ve Val d'Isère, po nichž následuje další prosincová a lednová série této sjezdářské soutěže.

Bohatá mezinárodní lyžařská sezóna 1975—76, jejímž vyvrcholením jsou XII. ZOH 4.—15. února 1976 v Innsbrucku, je přede dveřmi.

JAROSLAV TROUSIL

Vražedná vysokohorská sezóna

Zvykli jsme si ztotožňovat úrazovou sezónu na horách se sezónou lyžařskou. Je pravda, že nemocnice v horských oblastech se plní oběťmi lehkých i těžších úrazů především v době lyžařského provozu. Podle předběžných údajů oficiálních organizací horské a záchranné služby v alpských zemích je však letní sezóna 1975 co do úrazů, především smrtelných, přímo katastrofální. Jedním z důvodů je skutečnost, že prudký vzestup masového lyžování způsobil aktivní rekreaci v horách v nebývalém rozsahu. Významná část lyžařské klientely přišla dovolené ve vysokohorských oblastech na chuť a místo línému polehávání na mořských plážích dává přednost letní dovolené mezi horskými velikány.

Ale zatímco tato masa bez vysokohorských zkušeností se v zimě pohybuje na lyžích téměř výhradně po pečlivě vyznačených, upravených a horskou službou neustále hlídaných tratích (a je jich dnes už tolik, že pokrývají všechny terény poskytované atraktivní sjezdové možnosti), nová a nezkušená masa letních vysokohorských turistů a rekreantů je vydána prakticky všem nebezpečím, která na ně v tomto prostředí číhají. Nebezpečí se ještě znásobuje tím, že tiito lidé mají mnohdy zcela naivní představu o tom, s jakou výzbrojí a výstrojí si mohou dovolit vysokohorskou túru, a ve své prostoduché ctižádosti ztécí ten či onen vrchol, který na své cestě zahlédnou, se z nich stávají sebevražední „horolezci v polobotách“, jak je dnes v Alpách nazývají.

Nejhorší na tom všem je to, že zatímco u lyžařských úrazů je procento těžkých úrazů malé, a smrtelných zcela nepatrné, jsou úrazy těchto novopečených milovníků vysokých hor téměř bez výjimky osudné.

K ilustraci toho, co se v tomto směru v uplynulém létě v Alpách odehrávalo (a zdá se, že zkušenosti za toto období v našich Vysokých Tatrách z tohoto rámce příliš nevybočují), stačí uvést několik skutečností ze zpráv alpských horských služeb a tisku alpských zemí.

Letní sezóna ještě neskončila, ale centrály alpských horských služeb znamenaly už přes 200 smrtelných úrazů. A odborníci odhadují, že do konce sezóny se tento počet ještě podstatně zvýší. V bavorských horách znamenali už v polovině letní sezóny 60 smrtelných úrazů, tedy tolik, kolik za celé letní období roku 1974. Přitom právě znalci alpských podmínek označují za „úplný zázrak“, že to „nebylo ještě horší“, jak to vyjádřil šéf švýcarského podniku pro vrtulníkovou záchrannou službu Walter Demuth, který při jednom inspekčním letu vrtulníkem pozoroval například jen na samotném Matterhornu „celé hrozny horolezců“.

Jen v červenci a srpnu vyprostili piloti švýcarské letecké záchranné hlíd-

ky ze zajištění hor těla 48 alpinistů. Při těchto záchranných akcích se podařilo zachránit jen 67letého profesora fyziky, kterého překvapilo zlé počasí v severní stěně Eigeru a který vydržel až do příchodu záchránců.

V Rakousku riskovali piloti záchranné služby svůj život ještě častěji. Do konce srpna byli nasazeni při 793 záchranných letech, téměř tolikrát jako za celý rok 1974. Na Montblank musely vrtulníky vzlétnout 229krát, tedy dvakrát častěji než před pěti lety.

Americký týdeník TIME označuje uplynulé léto v Alpách za „nejvražednější sezónu novodobých dějin horolezectví“.

Masy nových vysokohorských turistů braly letos ty nejvýše položené chaty, které jsou východiskem náročných horolezeckých túr, doslova útokem. Při výstupu na rakouský Grossglockner to sice není jev nový, ale na Montblanku je to přece jen zarážející. Starousedlíci ze Chamonix nazvali například zasněženou stezku, která umožňuje výstup od vysokohorské chaty na Aiguille du Goûter ve výšce 3817 metrů na největší horu Alp a Evropy, „bulvárem Montblank“. Chata sama je zařízena na ubytování 80 uchazečů o výstup na vrchol. Chatař Henri Bochatay však s hrůzou v očích vypravuje o tom, že v určité chvíli se mu do chaty nahrnulo 400 osob. „Spaly na stolech a pod stoly,“ říká Bochatay. „Bylo to obudné.“

Hrozící smrt neušetřila ani některé prominentní osobnosti. V polovině července byl v Karavankách zabít padajícím kamenem státní tajemník ministerstva zahraničí NSR Hans-Georg Sachs.

Nejkrvavější byla letní sezóna na dvou nejvyhledávanějších horách, kam se mnozí turisté hrnou především z prestižních důvodů: na Montblanku a Matterhornu. Sérii smrtelných pádů zde zahájili lékaři dr. Bach a malíř Kaiser z NSR. Zřítli se při sestupu ve východní stěně. Dva švýcaři zahynuli, když se ulomil skalní výčnělek, na který upevnili své lano. Teho dne zmizel v hlubinách Japonec, který uklouzl na zledovatělé plotně. Nejspektakulárnější byl pád Američana, který se řítil plných 1200 metrů před severní stěnou.

Jen ve francouzské části masívu Montblanku zahynulo za 10 týdnů 31

osob a 51 se jich zranilo. Jen v prvním týdnu srpna zde přibýlo 24 mrtvých. Obzvláště častým důvodem smrtelných úrazů byly v uplynulém mimořádně horkém létě padající kameny a balvany. Led, který na skalních štítech a hřebenech drží kameni pohromadě jako pevný tmel, tentokrát na mnoha místech roztál. Následkem byl zvýšený počet otevřených fraktur lebeční kosti, pohmoždění mozku a těžkých fraktur báze lebeční.

Odborníci připomínají, že většina obětí by byla léto v horách přežila ve zdraví, kdyby se byla svěřila do péče horského vůdce. Jenže poplatky za tuto péči se mnohým „rekreačním alpinistům“ zdají příliš vysoké. Lekají se jich zřejmě víc než strmých skalních srázů a propastí. Je pravda, že sazby za doprovod zkušeného vůdce činí např. na Matterhorn asi 400 švýcarských franků a na Montblank kolem 700 francouzských franků. Ale záchrana vrtulníkem — pokud je záchrana života vůbec ještě možná — je podstatně dražší a stojí ve Švýcarsku kolem 1800 franků. V porovnání s tím, že noví vysokohorští turisté riskují bez doprovodu velmi často zdraví i život, jsou sazby horských vůdců stále ještě víc než přijatelné, obzvláště tehdy, když si jejich služby vyžádá skupina několika osob.

Ale už to tak bývá, že cena života a zdraví vynikne s drastickou naléhavostí v okamžiku, kdy je už pozdě. A že se poměr těchto hodnot bude v neprospěch bezpečnosti na horách přesunovat v budoucnu ještě dál, tomu nasvědčuje perspektiva vzrůstajícího rozmachu „horolezectví v polobotách“. Ačkoli je zpřístupňování nových vysokohorských oblastí silnicemi a lanovkami jevem v podstatě žádoucím, je zároveň zpřístupnění těchto končin lidem neinformovaným, nepřipraveným a navíc i trestuhodně bezstarostným stinnou stránkou tohoto civilizačního procesu.

Proto volají odborníci právem na pomoc povolane organizace, zejména turistické, lyžařské a horolezecké svazy, společenské organizace, cestovní kanceláře a podle možnosti i horské služby, aby zaměřily své výchovné působení na neorganizované masy a přispěly tak ke zvýšení připravenosti všech nových milovníků vysokohorské turistiky.

Ing. PAVEL BORSKÝ



Do jaké míry přibližují lanovky a komfortní ubytovací možnosti nezásnecem ctižádostivcům i tak klasické domény špičkového alpinismu, jakou je Matterhorn, ukazuje výstižně tento snímek. Majestátnost této legendární hory by měla v duších nepovolaných vyvolat alespoň takové pocity úcty, skromnosti a pokory, aby se spokojili s možností pohledět zblízka na tuto nádhernou a vstup do stěn alpského velikána přenechali těm, kteří se na jeho zdolání poctivě připravili

NA VELKÉ CENĚ

Frenštátu pod Radhoštěm

SVĚTOVÝ REKORD

Třetí ročník Velké ceny města Frenštátu pod Radhoštěm v neděli 14. září byl nejvýznamnější mezinárodní událostí letošní sezóny ve skoku na lyžích na můstcích s umělou hmotou. Přinesl nový světový rekord a vítězství 24letého švýcarského reprezentanta Waltera Steinera v soutěži 83 startujících z devíti zemí. Na největším můstku s umělou hmotou na světě skokem 88 m v prvním kole překonal dosavadní světový rekord Poláka Czeslawa Janika z roku 1973 o jeden metr.

Do ČSSR na můstek s normovým bodem 72 m přijelo letos k těmto závodům, které získávají stále větší popularitu, 35 skokanů z Bulharska, Jugoslávie, Maďarska, NDR, Polska, Rakouska, Švédska a Švýcarska. Potěšitelná byla zejména účast kompletního reprezentačního družstva Rakouska. Lyžařský svaz NDR vyslal tentokrát druhou garnituru mladých skokanů, kteří si však dobře vedli a všichni čtyři skončili v první patnáctce, přičemž Martin Weber obsadil druhé a Udo Tölke šesté místo před nejlepšími čs. skokany. Z Rakušanů jen Hans Wallner a nestárnoucí Reinhold Bachler si vybojovali pořadí v první desítce, ostatní skončili v polí poražených.

Pěkné klidné počasí druhého zářijového týdne se v noci ze soboty na neděli změnilo v prudký vítr. Ten sice při zahájení zeslábl, ale jeho nárazy měly vliv na výkony některých skokanů. S těmito nepříznivými podmínkami se nedokázali vyrovnat především členové čs. reprezentačního družstva. Šest jich skákalo ve dvou nových kombinézách rakouské výroby, které si vzájemně půjčovali a s nimiž obětaví členové RH Štrbské Pleso běhali od doskočiště na nájezdovou věž. Nepřispělo to ke klidu závodníků a jediný Rudolf Höhnl v době nesoucí nové kombinéze absolvoval oba skoky bez pádu a umístil se osmý v celkové klasifikaci. Emil Babiš ve zkušebním kole měl nejdelší skok 80,5 m společně se Švýcarem Steinerem. V obou kolech při skocích 85 a 83,5 m upadl. Ivo Felix po prvním kole se 117,9 b. za skok 85 m byl druhý za Švýcarem Steinerem, který za rekordní skok 88 m dostal 125,2 b. Mistr světa v letech na lyžích Karel Kodejška při prvním skoku 86 metrů, který byl novým čs. rekordem na hmotě (dosud Raška 85,5 m), upadl stejně jako Jindřich Balcar při skoku 85 m. Ve druhém kole pohřbil naděje na dobré umístění Felix pádem při skoku 78 m a Břetislav Novák, který v tréninku ukazoval dobrou formu, skočil jen 79 a 71,5 m.

Trenér čs. reprezentačního družstva Jáchym Bulín byl po závodě rozezlen na své svěřence, kteří se neloželi vyrovnat s větrným počasím a prohlá-



Bratři Novákové z Harrachova jsou úspěšnou bratrskou dvojicí ve skocích. Na obrázku vlevo náš nejúspěšnější junior František, vpravo Břetislav (Dukla Liberec) je členem čs. olympijského družstva. Připravují si lyže na Velkou cenu Frenštátu

A VÍTĚZSTVÍ ŠVÝCARA STEINERA



Švýcar Walter Steiner si připravuje lyže k prvnímu soutěžnímu skoku, který znamenal nový světový rekord na hmotě 88 m

sil: „Naši reprezentanti závod psychicky nezvládli. Škoda, že se udělal vítr, jinak měl závod mnohem lepší úroveň, diváci by viděli více pěkných skoků a světový rekord by byl několikrát překonán. Naši závodníci si musí zvyknout skákat v nových kombinézách i za nepříznivých podmínek. Škoda slabších výkonů, neboť v přípravě skákali velmi dobře a dosahovali délky kolem 90 metrů.“

Trenér Švýcarů Ewald Roscher byl spokojen s úspěchem Steinera a dobrým umístěním Schmidta: „Walter (Steiner) znovu potvrdil, že je velmi dobrým skokanem. Frenštátský mů-

stek je kvalitní a pomáhá k úspěšné předsezónní přípravě. Rádi sem jezdíme a zde trénujeme.“

Nový světový rekordman Walter Steiner: „Když je skokan v dobré formě, tak je pro něho frenštátský můstek ideální. Pro slabší závodníky je však obtížný. Jsem rád, že se mi začalo dařit i na hmotě, rád bych uspěl v olympijské sezóně.“

„Nové kombinézy jsou přínosem, ale ještě jsme si na ně náležitě nezvykli,“ řekl mistr světa v letech na lyžích Karel Kodejška. „Zejména při měněním se větru jsme se nedokázali vyrovnat s jejich nosností.“ Rudolf Höhnl podotkl: „To je příliš mnoho, když pět lidí z reprezentačního týmu upadne. Chlapci si musí více věřit.“

Československo se může zásluhou TJ MEZ Frenštát, podpory stranické organizace a městského národního výboru, jakož i obdivuhodného brigádnického úsilí frenštátských občanů pochlubit moderním skokanským areálem s umělou hmotou a největším můstkem s hmotou na světě, který se stal dějištěm světových rekordů v této lyžařské disciplíně. Proto také frenštátský můstek je tréninkovým střediskem skokanů řady evropských zemí a zájem o přípravu v tomto areálu stále stoupá. Od letošního roku má také umělé osvětlení, umožňující přípravu i večer. Jsou hotovy i přípravné projekční a investiční akce k sedačkové lanové dráze, která dosud chybí a znamenala by ještě větší využití můstku.

Také Velká cena Frenštátu rok od roku láká stále větší počet účastníků ze zahraničí. Stala se významným mezinárodním závodem na hmotě na začátku sezóny. Letošní ročník potvrdil, že na stadiónu na Horečkách možno uspořádat závody i za ztížených podmínek. Můstek je z obou stran kryt

lesem, takže se dá na něm skákať i za vetrného počasi. Závody znamenali tiež zpestrenie nedelňného televízneho pořadu a Švýcar Walter Steiner získal také pohár Čs. televize. I letos lyžařský oddíl TJ MEZ Frenštát Velkou cenu pečlivě připravil.

Výsledky 3. ročníku Velké ceny Frenštátu: 1. Walter Steiner (Švýcarsko) 240,9 (88+83), 2. Martin Weber (NDR) 226,8 (83+82), 3. Hans Wallner (Rakousko) 225,1 (84+81,5), 4. Stanislaw Bobak (Polsko) 222,0 (82,5+82), 5. Hans Schmid (Švýcarsko) 221,1 (78+85), 6. Udo Tölke (NDR) 219,8 (81+81,5), 7. Jaromír Lidák (Dukla Banská Bystrica) 219,4 (83,5+80), 8. Rudolf Höhnle (Dukla Liberec) 218,8 (80+82,5), 9. Reinhold Bachler (Rakousko) 216,9 (83+78), 10. Leoš Škoda (Dukla Liberec) 216,0 (81+81), 11. Harald Duschek (NDR) 215,1 (82+81), 12. František Novák (Jiskra Harrachov) 214,4 (81+80), 13. Bogdan Norčić (Jugoslávie) 213,9 (85,5+75,5), 14. Josef Hýsek (Dukla Banská Bystrica) 210,1 (79,5+81), 15. Jiří Raška (MEZ Frenštát) 200,5 (73,5+76) a Eberhard Seifert (NDR) 200,5 (75,5+76,5), 17. Karl Schnabl (Rakousko) 196,5 (76,5+78), 18. Robert Mösching (Švýcarsko) 194,1 (75+78), 19. Willi Pürstl (Rakousko) 193,4 (75,5+70,5), 20. Břetislav Novák (Dukla Liberec) 193,1 (79+71,5).

JAROSLAV TROUSIL

Čs. skokanské reprezentační družstvo juniorů - skokanů. Zleva trenér Jiří Raška, Černoch, Filip, Sedlák, Jiří Balcar, Matura, Bobek, Heczko, František Novák, Jirásko, Novotný, Umann a Kmet

Výsledky Interkritéria zavazujú

Vždy, keď na záver SKI-INTERKRITÉRIA — medzinárodných pretekov žiactva v zjazdových disciplínach — hodnotia priebeh jednotlivých ročníkov, nešetria slovami obdivu a uznania. Nebojo tomu ináč ani na XIII. ročníku v Ríčkach a na IV. ročníku vo Vrátnej. Technický delegát FIS dr. Vladimír Kollar z Juhoslávie povedal: „To, čo pripravili nadšení a obetaví organizátori v Ríčkach a vo Vrátnej, je obdivuhodné. Boli to vynikajúce preteky, skvele organizované a s priateľským ovzduším. Takýchto pretekov by sme potrebovali v Európe viac. Som presvedčený, že o niekoľko rokov uvidíme veľa z tých, čo v Ríčkach a vo Vrátnej teraz súťažili ako žiaci, v rolách favoritov na veľkých svetových podujatiach.“

Tieto slová nás priviedli na myšlienku pozastaviť sa nad budúcnosťou nášho zjazdového lyžovania. Má naozaj dr. Kollar pravdu? Veď už v minulosti sa u nás ukázalo niekoľko vynikajúcich talentovaných najmladších reprezentantov. Kde sú však tieto deti dnes? Čo z nich vyrástlo, koľkí reprezentujú našu vlasť ďalej v kategóriách dorastu a dospelých?

Lyžovanie, ktoré sa dnes rozvíja tempom prekvapujúcim aj tých najväčších optimistov, má u nás zelenú. Je to priam lavína strhávajúca svojou intenzitou mladých aj starších. Každý týždeň hľadajú desiatitisíce pracujúcich na bielych svahoch uvoľnenie, rekreáciu, nové sily pre zodpovedné plnenie úloh na pracoviskách. Hľadajú tu upevnenie zdravia, nadýchanie sa vzduchu bez jedovatých splodín komínov a výfukov áut. Rozvoj lyžovania nezabrzdl ani niekoľkoročný nedostatok snehu. Keď nie je v nížinách, chodia za ním do hôr do zimných stredísk.

Tento trend masového rozvoja lyžovania pochopiteľne ovplyvňuje tiež pretekárske lyžovanie. Na druhej strane úspechy našich reprezentantov na medzinárodných pretekoch tak v klasických, ako aj v zjazdových disciplínach sa stávajú mocným impulzom pre mladých adeptov bielej stopy. Ukázalo sa to práve na INTERKRITÉRIU v Ríčkach a vo Vrátnej,

kde sme slávilí skvelé úspechy. Drvivú väčšinu pretekov vyhrali naši najmladší reprezentanti. V Ríčkach a vo Vrátnej stáli na najvyššom stupni víťazov Šoltýs, Grandnerová, Vlčková, Hovorková, Mrklas, Bergrová, Hermánek, Černocká, B. Brudná, Benda — všetko naše deti. Len Rakúšan Lechbauer a jeho krajanka Hoferová dokázali sa vkliniť medzi našich. Všetko tiež vedúcich rakúskej výpravy poriadne mrzelo. Jasnú prioritu sme znovu dokázali v rámci socialistických krajín, aj keď treba zaznamenať podstatný vzostup výkonnosti detí v ZSSR a Juhoslávii. Zdá sa, že nám budú už skoro „šliapať na päty“.

Vráťme sa však k našej otázke: Ako ďalej s deťmi, čo tak výborne reprezentovali našu vlasť? Vieme, že už dlhšie sa dobre pracuje v našich oddieloch so žiactvom. Výsledky tejto starostlivosti sú tu. Vieme tiež, napriek tomu, že všetko nie je ideálne, že sa podstatne zlepšili aj materiálne podmienky. Otázka financií — a zjazdové lyžovanie veru nie je lacné — už nie je neprekonateľnou prekážkou. Lyžiari nachádzajú plné pochopenie nielen u našich telovýchovných orgánov, ale výdatne im pomáhajú aj stranícke a štátne orgány, podniky, závody, inštitúcie.

Československé turné INTERKRITÉRIUM nesporne patrí k podujatiam, čo významnou mierou ovplyvňujú roz-



voj výkonnostného lyžovania, a tak nepriamo aj pôsobí na jeho masový rozvoj medzi mládežou. Vieme, že lyžovanie má nesmierny význam z hľadiska výchovy. O jeho zdravotnom význame ani netreba hovoriť. Vedie k sebaovládaniu, odvahe, ovplyvňuje priaznivo celkový telesný a duševný vývoj, učí prekonávať prekážky a odvádza pozornosť mladého človeka od prejavov nedisciplinovanosti a rôznych nespratností. To všetko, okrem zdravotného, má aj vysoko branný význam. Nehovoriac o tom, že pripravuje pre našu spoločnosť uvedomelých a čestných nástupcov staršej generácie. Mohli sme sa o tom presvedčiť práve v Ríčkach a vo Vrátnej. Bolo radosťou sledovať uvedomelú disciplínu, vystupovanie a chovanie detí, ich nadšenie a nebojím sa povedať, ich zodpovedný prístup k reprezentácii. Pretekali sa, najmä vo Vrátnej, za veľmi ťažkých povetnostných podmienok, keď na Grúni nebol sneh a trate museli vytýčiť vo vysokých polohách na svahoch Chleba.

Na našu otázku, čo robí, aby sa nám v budúcnosti opäť nestrácali talentované deti zo zjazdového lyžovania, sme sa pýtali niekoľkých trénerov, pedagógov, cvičiteľov a funkcionárov. Ak zhrnieme ich odpovede, dostávame sa k zásadnému problému: Po vychození základnej školy vystupuje do popredia otázka ďalšej perspektívy mladého človeka — štúdium, zamestnanie, záujmy rodičov, ktoré sa často krížia so záujmami športového vývoja. Dalším problémom ostáva otázka vysokokvalifikovaných lyžiarskych trénerov a ich práca s mládežou. Aj u nich sa do popredia dostávajú otázky sociálnej istoty, zabezpečenia dôstojného postavenia v našej spoločnosti. Vieme, že ich pomery nie sú dosiaľ také, aby im poskytovali záruku pevne zabezpečenej existencie. Na práci dobrovoľných trénerov dnes už nemôžeme stavať v plnej šírke zodpovednosť za výchovu a rast pretekárov, najmä špičkových.

A pravdou ostáva, že platové a sociálne podmienky pre trénerov z po-

volania zatiaľ nie sú riešené k ich spokojnosti tak, aby sa s vedomím ocenenia ich činnosti mohli plne venovať práci v svojom športe. Potom sa stretávame s tým, že často kvalifikovaní tréneri, absolventi fakúlt telesnej výchovy, si hľadajú lepšie podmienky existencie, ktoré nachádzajú inde ako v práci lyžiarskych trénerov z povolania. Ak si uvedomíme tieto fakty, ostáva len konštatovať, že máme výborne postarané o výchovu žiactva, ale po dosiahnutí veku, v ktorom prechádza mladý pretekár do kategórie dorastu, nastáva vákuum, kde talenty miznú. Rukolapne to dokumentujú napr. výsledky tohtoročného juniorkritéria v Krkonošiach, kde nám naši juniori so svojimi výsledkami veľa radosti neurobili.

Je pravda, že sa zo strany orgánov ČSZTV v poslednom čase veľa spravilo pri prekonávaní týchto ťažkostí. Vytvorili sme športové strediská, športové triedy, strediská vrcholového športu, máme dokonca aj lyžiarsku

školu v Kežmarku. Je však tiež pravda, že vo všetkých týchto ustanovizniach chýbajú kvalitní tréneri. Materiálne podmienky týchto stredísk sú pomerne slušne zabezpečené, ale podstatným nedostatkom ich práce je práve problém získania kvalitných trénerov-pedagógov. Natíska sa tu otázka, či celý systém odmeňovania týchto trénerov zodpovedá ich poslaniu a významu práce v prospech našej spoločnosti. Pokiaľ budú schopní ľudia nachádzať lepší podmienky inde ako v telovýchove, ťažko ich získame pre našu prácu.

Záverom chcem poďakovať to, čo INTERKRITÉRIUM naznačilo: Využijme naše prioritné postavenie žiactva v európskom zjazdovom lyžovaní k tomu, aby sme o niekoľko rokov mohli s hrdosťou konštatovať, že dobré výsledky práce so žiactvom sa nám vrátia v podobe dobrých výsledkov v kategórii juniorov a dospelých na popredných svetových podujatiach.

KAROL EIDLPEŠ



Máme nadějnou sjezdářskou mládež. Z její přípravy ve Špindlerově Mlýně

Sověťští lyžaři se připravují

Také sověťští lyžaři se pilně připravují na ZOH 1976 a v letním období bězci a sdruženáři využívali kolečkových lyží a skokani můstků s umělou hmotou. V Kavgolovu se 21. září konalo mistrovství SSSR ve skoku na hmotě na můstku s normovým bojem 60 m.

Mistrem v této disciplíně se stal A. Karapuzov z Leningradské oblasti s 239,3 (72+72) před S. Suslikovem z Gorského 235,5 (71,5+72,5) a A. Borovitinem z Kirova 235,5 (72,5+68,5). Nejdelší skok měl J. Ivanov ze Sortavaly 73 m. Obsadil čtvrté místo s 235,1 b. (73+71) před J. Kalininem 231,4 (71,5+71) a S. Sajčikem 228,3 (70+71,5).

V závodě sdruženém zvítězil T. Tamm z Talinnu s velkým bodovým náskokem. Získal 435,4 (215,4+220,0). Ve skoku v Kavgolovu byl první s 67,5 a 68,5 m. Dobře si také vedl v běhu na kolečkových lyžích, který se konal

v Jukki. Celkově druhé místo obsadil A. Puškin z Leningradu s 401,75 (169,9+204,85) před S. Matvejevem (Leningradská oblast) 398,85 (206,9+191,95). Další pořadí: 4. V. Janin (Alma-Ata) 391,55 (205,0+186,55), 5. L. Čašní (Perm) 388,15 (207,9+180,25), 6. V. Čovjikin (Sortavala) 384,0 (184,1+199,9).

Nejlepší skokani osmi klubů ozbrojených sil startovali na závodech v Alma-Atě. Zvítězil Turgun Nasyrov s 221,8 b., který na můstku s normovým bojem 60 m měl nejdelší skok 68 m. Druhý byl Petrov s 219,9 b. před Bočkovem 215,5 a Bělousovem

209,4 b. Závod sdruženářů vyhrál E. Sukov.

Na Kamčatce svah Kozelského vulkánu byl dějištěm letního slalomu, jehož se zúčastnily také olympijské naděje SSSR. V závodě žen zvítězila Natalia Perčatkinová za 78,3 vt. před Agranovskou 80,6 a Levinovou 82,8. Z mužů byl první Viktor Martynenko v čase 70,8 před Gachem 71,3 a Utkinem 71,5. V kategorii mládeže 13—14 let získali prvenství A. Skučajev a M. Jonusovová.

Také sověťští biatlonisté využívají kolečkových lyží a asfaltových drah k přípravě na olympijskou závodní sezónu. V Minsku 25. září na trati 20 km zvítězil Nikolaj Kruglov za 1:01:44 hod. (1 trestná minuta). V závodě štafet bylo první sovětské reprezentanční družstvo v sestavě S. Bjakov, V. Dolučajev a A. Tichonov. -tr-

Čerpáme ze zahraniční literatury

Pojem moderní sportovní trénink si dnes již nedovedeme představit bez úzkého spojení s nejnovějšími vědeckými poznatky. V praxi však ještě stále přežívá názor, že trenéroví lyžování stačí k jeho úspěšné činnosti určitá praxe, případně zkušenosti z vlastní závodní činnosti a trochu schopnosti improvizace. To by rozhodně stačit nemělo.

Snažíme se ve svazových orgánech na všech úrovních i v tělovýchovné škole a jejich střediscích školení zkvalitnit výuku na školeních, doškolováních i seminářích trenérů a cvičitelů. Každým rokem pro ně pořádáme řadu akcí s náplní teoretickou i praktickou jak na sněhu, tak i v tělocvičně nebo na hřišti. Doškolování a semináře se stávají místem, kde trenéři a cvičitelé čerpají nové poznatky pro další práci a kde si také vyměňují mezi sebou své zkušenosti. Jsou pro ně k dispozici filmy, smyčky a videozáznamy.

Další formou, kterou se snažíme přispět ke zkvalitnění práce trenérů a cvičitelů jsou metodické dopisy a brožury, pro nejširší potřebu pak metodické plakáty. V popředí našeho zájmu je pochopitelně sportovní příprava mládeže a vše, co s touto problematikou souvisí, ať již z oblasti tělesné nebo technické přípravy.

Nezapomínáme ani na další důležitý zdroj informací a podnětů, kterým je zahraniční literatura. Prozatím jsme byli bohužel svědky spontánního a nekritického přejímání všeho, co se nám dostane do rukou, hlavně když to vyšlo v zahraničním nakladatelství. Snad je to způsobeno chronickým nedostatkem zahraniční literatury a jejích překladů u nás, snad také tradičním sklonem považovat vše cizí za lepší nežli vlastní. Ať je tomu jakkoliv, je zapotřebí i zde se dopracovat optimálního stanoviska. Nesporně je zahraniční literatura zdrojem poučení a nezbytným studijním materiálem pro zevrubnou znalost problematiky. Je však zapotřebí pečlivě zvažovat co můžeme s přihlednutím k našim podmínkám akceptovat a co nikoliv. Snažit se oddělit co je užitečné a prospěšné, pramenící z bohatých zkušeností ve výuce velké masy lyžařů od povrchního a originálního za každou cenu sloužícího reklamě a publicitě.

S některými zahraničními publikacemi byli již naši trenéři a cvičitelé seznámeni ať již v plném znění (např. Memento 1973), nebo pouze rámcově v metodických dopisech a brožurách [Metodický dopis 1/73, novinky ze sjezdových disciplín I a II].

Jedním z hodnotných materiálů, který nesporně zasluží naši pozornost, je šest dílů západoněmeckého Skilehrplanu, ze kterého bychom rádi v našem časopise uvedli alespoň ve zhuštěné formě na pokračování několik statí z posledního 6. dílu, který pojednává o sportovní jízdě a závodění ve sjezdových disciplínách. Celý učební plán je zpracován kolektivem autorů za redakce Jürgena Kemmlera a obsahuje: Základní výcvik (1. díl), Oblouky s přestoupením (2. díl), Snožné oblouky (3. díl), Klasické disciplíny (4. díl), Teorie (5. díl). Vyšel v nakladatelství BLV Mnichov 1973.

Příkladná je v tomto 6. díle spolupráce lyžařských cvičitelů s trenéry a závodníky, která zatím v minulosti nemá obdoby. Zařazení tohoto svazku do celé osnovy výuky lyžování tvoří jakési vyvrcholení celého učebního plánu a zároveň symbolizuje návaznost a spojitost závodního lyžování se sportovním.

O lyžařských školách ve vztahu k závodnímu lyžování se říká:

Mezi závodním a nezávodním lyžováním existuje značný rozdíl hlavně proto, že jejich cíle jsou různé. Cílem nezávodního lyžování, kterému se učíme v lyžařské škole je osvojení různých technik, např. při provádění oblouků. Jednotlivé formy pohybů jsou systematicky a metodicky cvičeny tak, aby lyžař co nejdříve zvládl předepsanou formu pohybu. Cílem závodního lyžování, které sice také spočívá na základních technických formách je především podání optimálního výkonu za každou cenu. Shrňme-li tyto poznatky docházíme k závěru:

Učebními elementy nezávodního lyžování jsou jednotlivé pohyby a jejich zvládnutí, např. nácvik různých druhů oblouků v rozdílných terénních podmínkách. Závodní lyžování spočívá v nácviku a ve zlepšování tělesné přípravy, techniky, taktiky, psychologických vlastností a v optimálním využití stylu závodníků.

Na jedné straně jde zde o učení se lyžařským pohybům, na druhé straně o systematický plánovaný trénink.

Výklad pojmů technika, taktika a styl

Základem sjezdového lyžování a tedy i závodění je dokonalé zvládnutí jízdy na lyžích, to znamená ovládnutí sportovního náčiní (tj. lyží a holí).

Technika je pohybové zvládnutí lyží takovým způsobem, který odpovídá současným představám o nejracionalnějším průběhu jednotlivých pohybových elementů (např. různé druhy oblouků). Dotýkáme se zde problematiky typické pro sjezdové disciplíny. V tomto sportu totiž neexistuje pohybově stereotypní technika jako u ostatních druhů sportu (např. vrh koulí, veslování apod.), která se systémem vždy stejným nebo podobným provedením a je dokonalé automatizována. Sjezdové lyžování je nutno chápat jako neustále se optimalizující proces, při kterém je nutno ze subjektivních možností (znalost techniky lyžo-

na **POMOC**
trenérům
A cvičitelům

vání, úroveň tělesné připravenosti, psychický stav, vlastní styl) a při objektivních podmínkách (druh závodu, terén, druh sněhu, počasí, viditelnost aj.) vytěžit maximum. Lyžař musí neustále koordinovat svoje pohyby v závislosti na neustále se měnících vnějších podmínkách. Jeho nervová soustava zpracovává informace, které docházejí během jízdy a umožňují správnou pohybovou reakci (senzomotorický okruh).

Jelikož se při sjezdovém lyžování neuzívá pohybově stereotypní techniky, ale spíše optimálního přizpůsobení se dané situaci, je třeba zaměřit trénink více na závodní taktiku než na pouhý nácvik techniky.

Taktika je schopnost sportovce optimálně využít své techniky, kondice, rychlé reakce, psychiky, intelektu i stylu při závodě. Znamená to optimální přizpůsobení se momentálními podmínkami.

Z uvedeného vyplývá, že každý závodník má své zcela individuální chování při závodě, svůj vlastní styl. Abychom užívali správně pojmů technika, taktika a styl, docházíme k další definici:

Stylem nazýváme individuální využití technických i taktických schopností závodníka.

Cílem tréninku je, aby sportovec použil nejracionalnější techniky při nejrozličnějších vnějších podmínkách, aby dokázal využít svých individuálních vlastností i sil k co nejtaktičtějšímu spojení své techniky a stylu.

K nejtěžším úkolům trenéra patří určit u každého závodníka správnou míru předepsané racionální techniky a dovolenou individuální stylovou odchylku od této techniky tak, aby výkon sportovce byl co nejlepší.

Několik poznámek ke správnému postoji

Při závodění je nezbytná okamžitá reakce na měnící se vnější podmínky. Proto musí mít závodník pro všechny své akce i reakce dostatek prostoru. Fixované držení těla (postoj) není z těchto důvodů vhodné.

Z toho vyplývají tyto základní poznatky:

- správný postoj, při kterém je závodník připraven na nejrozličnější pohybové eventuality, se vyznačuje středními polohami držení těla,
- horní část těla vyrovnává pohyby dolních končetin,
- veškeré svalstvo, zvláště svalstvo dolních končetin je jen tak napnuto, aby bylo v pohotovosti pro případné nenadálé pohyby. Důležitá je reakce na náhlé vnější podněty, zvláště při špatné viditelnosti.

Z těchto poznatků vyplývá:

- obě lyže kloužou pokud možno bez hranění, rovnoběž-

- ně a nedaleko od sebe (maximální vzdálenost lyží je šířka boků závodníka),
- lyžařské boty mají být jen tak utaženy, aby při klouzáni lyží nedocházelo ke zbytečnému napínání svalů a k nepřírozenému držení těla,
- kolena jsou lehce vytlačena vpřed kvůli lepšímu vedení lyží,
- bérce svírají ostrý úhel s předními částmi lyží, kolmo k lyžím stojí jen v extrémních případech,
- osa boků bývá kolmá na směr jízdy, ke změnám dochází na počátku nebo na konci oblouku podle druhu použité techniky,

- horní část těla je lehce skloněna vpřed a je připravena k vyrovnávacím pohybům. Vyrovnávané jsou pohyby boků a nohou, horní část těla se uhybá slalomovým tyčím tak, aby dráha lyžaře byla co nejkratší,
- ramena jsou uvolněna a v žádném případě nejsou zdvižena,
- paže nejsou přitlačeny k tělu, ale také nejsou vedeny příliš daleko od těla,
- hole musí být drženy tak, aby bylo možno v každém okamžiku provést správnou oporu o hůl.

PAVEL BARTOVSKÝ a JAN MARŠÍK

Některé zákonitosti výkonnostního růstu mládeže

Významným rysem sportovní činnosti je snaha po dosažení maximální výkonnosti. Tato snaha je sportovní činností vlastní a je příčinou úzké účinnosti sportu ve smyslu jeho působení na jedince. Pojmy sportovní výkonnost a sportovní výkon jsou velmi často používány a zasluhují bližší charakteristiky.

Výkonnost je schopnost podávat opakovaně určitý výkon v dané činnosti na poměrně stabilní úrovni.

Tělesná výkonnost je schopnost podávat výkon v určité pohybové činnosti.

Sportovní výkonnost je schopnost podávat výkon v určité specializované pohybové činnosti, jejíž provedení je stanoveno pravidly. **Sportovním výkonem** rozumíme projev specializované sportovní výkonnosti, jehož obsahem je uvědomělá pohybová činnost zaměřená na řešení úkolu, který je vymezen pravidly.

Sportovní výkon je projevem celistvého lidského organismu, jehož nejcharakterističtějším znakem je vysoce rozvinutá schopnost adaptace k podmínkám prostředí. Tato schopnost je také základem osvojování a zvyšování sportovní výkonnosti. Proces adaptace organismu je procesem vysoce specializovaným a dlouhodobým. Adaptace organismu neprobíhá u všech jednotlivců stejně. Je osobitým procesem v němž se odrážejí individuální zvláštnosti sportovce. Uplatňují se tyto vlivy:

a) **dědičnost** ve formě vrozených dispozic, které mají pro dosahování sportovní výkonnosti nejvyšší úroveň značný význam. Dědičný proces dispozic je výraznější v těch oblastech základních biologických funkcí, k nimž nesporně patří i motorika. Tím je alespoň vysvětlena zkušenosť, že potomci vynikajících sportovců bývají rovněž pohybově nadaní, i když skutečnost nelze vysvětlovat pouze dědičností, ale i vypěstovaným zájmem o sport. Vrozené dispozice mají povahu vloh, nadání či talentu, které jsou však latentní a skryté. Teprve aktivní pohybová činnost umožní jejich projev a odhalení.

b) **schopnosti** získané a rozvinuté v sociálním životě jsou schopnosti, které vycházejí z dědičné determinace a které se zejména v první etapě života člověka rozvíjejí v těsné závislosti na jeho životních podmínkách. To znamená, že sociální podmínky, dostatek příležitosti pro pohybovou činnost, zájem rodičů, učitelů jsou pro jejich úroveň rozhodující. Sociální podmínky jsou rozhodující i pro rozvinutí vloh, nadání či talentu. Tyto se mohou projevit v průběhu aktivní pohybové činnosti.

Vlohami se rozumí elementární dispozice jednotlivce. **Nadáním** označujeme příznivé spojení vloh s ohledem na určitou oblast činnosti. Např. je možné hovořit o nadání pro určité typy sportů.

Talentem rozumíme mimořádné příznivé seskupení vloh buď pro celé oblasti činnosti, nebo i pro jejich užší zaměření. Ve sportu hovoříme o talentu tehdy, tvoří-li morfologické, fyziologické i psychologické dispozice ucelený komplex vzhledem k druhu sportu či disciplíny.

c) **schopnosti** získané tréninkem, které se v průběhu mnohaletého tréninkového procesu záměrně rozvíjejí v souladu s požadavky daného sportovního výkonu. V počítatě je to proces cílevědomě specializované adaptace, respektující individuální zvláštnosti jednotlivce a zaměřený na rozvoj těch pohybových vlastností, které tvoří obsah výkonu v daném sportovním odvětví. Sportovní trénink je zaměřen na dva okruhy schopností.

Okruh zvyšování výkonnostní kapacity organismu je zaměřen k osvojování příslušných vědomostí a dovedností a na rozvoji schopností, které daný výkon podmiňují. Tento

proces je procesem vysoce specializovaným, přihlíží ale i k všestrannému rozvoji jedince a probíhá v plánovitém procesu tréninku příslušné výkonnostní úrovně.

Okruh schopností podmiňující podání maximálního výkonu v závodních podmínkách. Tyto schopnosti jsou součástí celkové výkonnostní kapacity sportovce, rozvíjejí a zdokonalují se v průběhu tréninku, avšak jejich zvláštností je, že se dotýkají nejvyšší etáže — psychické oblasti. Jde o schopnosti, které umožňují sportovci vyrovnat se zejména s aktuálními stavy před soutěží a v jejím průběhu. Vlivy dědičnosti, sociálního prostředí a sportovního tréninku tvoří jednotu a tím se vzájemně podmiňují a doplňují. Sportovní výkon, jeho úroveň, je produktem této biologicko-sociální adaptace a zasahuje proto všechny aspekty osobnosti sportovce.

Sportovní výkonnost se v důsledku systematického dlouholetého tréninku zvyšuje. Tento růst přes řadu individuálních zvláštností je výrazem velkých adaptačních změn, k nimž v organismu sportovce dochází vlivem tréninku. Změny mají různý charakter v závislosti na řešení tréninku, na úrovni trénovanosti sportovce, na tréninkovém období. Přes složitost funkčních změn, které jsou základem výkonnostního růstu, lze v jejich průběhu sledovat určité zákonitosti. Dynamika sportovních výkonů v průběhu života sportovce je prakticky pro všechny druhy sportu i v zásadě pro všechny sportovce obdobná. Je vyjádřena křivkou z počátku probíhající strmě, později se postupně lámající, aby v další části, v období vrcholové výkonnosti sportovce, zůstala více či méně na stejné úrovni, nebo kolísá s tendencí dalšího mírného vzrůstu. Růst výkonnosti probíhá v určitých cyklech, v nichž lze rozlišovat určité fáze:

a) fáze tvorby předpokladů růstu výkonnosti v období v němž se cílevědomě kladou základy z nichž později vyrostou specializovaný výkon vyšší úrovně. První fáze je zaměřena k růstu trénovanosti sportovce ve smyslu všeobecném i speciálním.

b) fáze stabilizace výkonnosti je plynulým pokračováním předchozího procesu. Těžiště tréninkové činnosti již nespočívá v dalším zvyšování funkčních možností organismu, ale v doladování na dostatečné úrovni. Probíhá zdokonalování všech koordinačních spojení. Převážně kvantitativní trénink v předchozí fázi charakterizovaný velkým objemem zatížení postupně přechází v trénink převážně kvalitativní, zdůrazňující více intenzitu než objem.

Úroveň i stabilita výkonnosti je zpravidla tím vyšší, čím delší a kvalitnější byl trénink v předchozí fázi.

c) fáze dočasného poklesu výkonnosti je přirozeným pokračováním předcházejícího období, v němž se dosažený sportovní výkon mnohokrát reprodukuje ve velkém počtu soutěží. Proto po sezóně závodění je výhodné určitě období readaptace — dočasného odpočinku spojeného s přípravou na nový nápor funkčních předpokladů, které jsou podmínkou pokračování růstu výkonnosti. Obsah této fáze volíme tak, aby úroveň všeobecné trénovanosti poklesla co možná nejméně, ale aby organismus byl zatěžován odlišným způsobem než je vybraný typ sportovního výkonu (přechodné období).

Všechny tři fáze tvoří jediný celek, jediný cyklus, který se opakuje, ovšem vždy na vyšší úrovni. Nejde a nemůže jít o prosté opakování předešlého cyklu, ale vždy musí být cyklus postaven na vyšší, náročnější úrovni. Jen při zachování této podmínky lze zjistit systematické zvyšování výkonnosti po dlouhou dobu.

Dynamika sportovní výkonnosti je tedy podmíněna složitými funkčními změnami. Zpočátku jde o převážně kvan-

titativní změny, které postupně přerůstají v novou vyšší kvalitu. Proto růst výkonnosti neprobíhá přímočaře, ale po křivce a objevují se úseky — **plato**. Příznak, že nová sportovní výkonnost není dostatečně upevněna.

Ve sportovní výkonnosti lze rozlišovat dvě kvality:

trénovanost a sportovní formu. Obě dvě spolu úzce souvisejí, avšak nelze je ztotožňovat. Nezbytným předpokladem sportovní formy je vysoká úroveň trénovanosti.

Trénovanost a růst výkonnosti mládeže podléhá věkovým zvláštnostem. V procesu sportovní přípravy zaujímá zásada dodržování věkových zvláštností důležité místo. Její zanedbání může způsobit poškození zdraví i mít trvalé následky. Zvláštnost této zásady je dána náročností podmínek, ve kterých se daný sport nebo činnost provádí. Trenér si musí uvědomit, že pracuje s člověkem v jeho nejtěžším období života, v období vývoje fyzického i psychického. Podle věkových zvláštností rozdělujeme mládež do skupin, které jsou charakterizovány určitými zákonitostmi:

a) předškolní věk (4—6 let) je příznačný rychlým růstem pohybového aparátu, nadbytkem energie, touhou po pohybu. Z hlediska sportovní přípravy se zaměřujeme hlavně na přizpůsobení k prostředí, ve kterém bude prováděna sportovní činnost.

b) školní věk

nížší stupeň (6—7 let) je charakterizován rychlejší únavou mládeže, náladovostí v chování, popudlivostí. Mládež podléhá velmi rychle vnějším vlivům. V tomto věku musí trenér sledovat únavu mládeže a přizpůsobit podle toho

tréninkovou jednotku. Je dobré volit tréninky rychlostního charakteru, což je vhodné pro toto období mládeže.

— střední stupeň (8—11 let). V tomto období dochází ke zpomalení růstu kostry, rychle narůstá svalová tkáň a zlepšuje se nervosvalová koordinace. Je vhodné využít napodobovací schopnosti, smyslu pro soutěžení a kolektiv.

— vyšší stupeň (11—15 let). V tomto období je nutné rozdělení do skupin na chlapce a dívky. Překotný růst v tomto období se projevuje zhoršenou pohybovou koordinací, rychlejší únavou, menší odolností proti chorobám. Z duševního pohledu je mládež citlivější, dráždivější a náladová.

Sportovní příprava je důležitá i z toho důvodu, že vytrhuje mládež ze samotářského života v tomto období a zapojuje ji do kolektivu. Náplň tréninkových jednotek by měla být zaměřena spíše na rychlost a obratnost, méně používat cvičení silových a vytrvalostních. Důležité je cvičení rovného a přímého držení těla.

Při tréninku mládeže by měla být dodržována zásada uvědomělosti a aktivity cvičenců. Sportovní příprava je proces dlouhodobý a vyžaduje mnoho času a odříkání. Proto je nutné, aby trenér při své činnosti vedl cvičence k pochopení cílů a úkolů a tím vzbudil jejich zájem. Cvičenec, který zná účel a cíl své činnosti, uvědoměle přistupuje k přípravě a je aktivním členem kolektivu.

LUDVÍK FABIÁN, trenér II. třídy

Literatura: Dr. M. Choutka: Didaktika sportu, J. Vedral: Lyžování mládeže.

Úroveň tělesné připravenosti družstva sdruženářů se zaměřením na výkonnost ve skoku

Sport v současné době se stal neoddělitelnou součástí života moderní společnosti i života jedince. Zvláštní oblastí je vrcholový sport, jehož cílem je dosahování nejvyšších výkonů v mezinárodní soutěži. V socialistické společnosti je to významná součást dobré reprezentace, zejména v zahraničí. Proto se také vrcholovému sportu věnuje mimořádná péče po všech stránkách.

V letech 1968—1972 dosahovali čs. sdruženáři vynikajících výsledků v hlavních světových soutěžích. Od ZOH 1972 v Sapporu se našim závodníkům v této lyžařské disciplíně nedaří tak, jak jsme byli zvyklí. Je známo, že se tvoří nové družstvo sdruženářů (v týmu pro ZOH 1976 v Innsbrucku není žádný člen, který startoval na ZOH 1972). Doplnění reprezentačního kolektivu je velmi obtížné, neboť z kategorie juniorů přicházejí závodníci s nedostatečnou úrovní tělesné připravenosti a tím i výkonnosti v této lyžařské disciplíně.

Při vyhodnocování sportovní přípravy a výsledků reprezentačního a olympijského družstva sdruženářů v dubnu 1975 bylo pracovníky oddělení vrcholového sportu ÚV ČSTV konstatováno, že slabší výsledky čs. sdruženářů jsou způsobovány nedostatečnou úrovní skokanské připravenosti. Z rozboru výsledků za období 1973—1975 to bylo jasně patrné. Na základě tohoto zjištění bylo pracovníkům sdruženářského úseku uloženo upravit tréninkový proces tak, aby ve skokanské výkonnosti bylo dosaženo zlepšení.

Mezi trenéry a dalšími pracovníky úseku závodu sdruženého je vedeno mnoho diskusí na téma, zda současná skokanská výkonnost sdruženářů je způsobena nedostatečnou úrovní tělesných vlastností nezbytných pro výkon ve skoku, nebo zda hlavní příčinou jsou technické nedostatky při provedení skoku, hlavně ve fázi odrazu. Protože je obecně známo, že úroveň tělesné připravenosti je nezbytná i pro správnou techniku sportovního výkonu, provedl jsem detailní rozbor tělesné připravenosti členů reprezentačního družstva sdruženářů a porovnal s výkony reprezentačního týmu skokanů.

Porovnání bylo provedeno na základě testové baterie výzkumné skupiny pro skok VSL ČSTV (dr. Novosad a kolektiv), která hodnotí úroveň výbušné síly a jejích elementárních složek, tedy vlastností, které jsou nutným předpokladem pro výkon ve skoku. Zhodnocení bylo uskutečněno na základě výkonů, dosažených při testování 17. října 1974 s družstvem sdruženářů a 18. října 1974 s týmem skokanů. Pro obě družstva to bylo těsně před ukončením druhé části přípravného období.

Z družstva skokanů byli hodnoceni: Jaroslav Balcar, Jindřich Balcar, R. Höhnl, K. Kodejska, J. Lidák a L. Škoda. Z družstva sdruženářů: S. Buchta, M. Kremel, T. Kučera, J. Pospíšil, V. Rázl a F. Zeman.

Do hodnocení v obou družstvech nebyli zařazeni nováčci. Takto vytvořené šestičlenné soubory představovaly v obou kolektivech výběr reprezentantů s nejlepší a nejstabilnější úrovní výkonnosti.

Popis testové baterie a její zjišťovací schopnost:

1. Dynamometrie flexe loketního kloubu — zjišťuje statickou sílu horní končetiny (obecná síla).
2. Dynamometrie extenze kolenního kloubu — zjišťuje statickou sílu dolní končetiny (obecná síla).
3. Latentní doba pohybové reakce — zjišťuje rychlost jednoduché reakce.
4. Doba jednoduchého pohybu dolní končetiny — zjišťuje rychlost jednoduchého pohybu:
5. Běh na 15 m s nízkým startem — zjišťuje schopnost zrychlení a maximální pohybové frekvence.
6. Člunkový běh 5×20 m — zjišťuje startovní sílu a schopnost zrychlení.
7. Skok daleký z místa — zjišťuje úroveň výbušné síly.
8. Vertikální výskok (provádí se z nájezdového postavení) — zjišťuje úroveň výbušné síly, přičemž se pohybová struktura co nejvíce přibližuje skutečnému provedení odrazu skokana na lyžích.
9. Opakované přednožování — zjišťuje úroveň dynamické síly břišního svalstva.
10. Skoky přes překážky — zjišťují úroveň výbušné síly.

V jednotlivých testových položkách byly vypočítány aritmetické průměry pro obě družstva, a to jak ve vlastních výkonech, tak i podle T-bodů. Z T-bodů byla vypočítána směrodatná odchylka. Podle T-bodů byla v procentech vypočítána ztráta nebo zisk družstva sdruženářů na družstvo skokanů. Aritmetický průměr družstva skokanů byl považován za 100 %:

— **ztráta** (horší výsledek) sdruženářů pak byl v % **menší než 100 %**,

— **zisk** (lepší výsledek) sdruženářů pak byl v % **větší než 100 %**.

Tím, že byl vzat za základ výsledek v T-bodech, je možno porovnávat % ztráty nebo zisku ve všech testových položkách i mezi sebou.

Zjištěné hodnoty jsou vyčísleny v příložené tabulce.

**Porovnání tělesné výkonnosti reprezentantů skokanů a sdruženářů
podle testové baterie výzkumné skupiny pro skok ČSSL (dr. Novosad a kol.)**

		Flexe loketního kloubu				Extenze kolenního kloubu			
		kp/1 kg	s	TB	s	kp/1 kg	s	TB	s
skokani	\bar{x}	0,48893	0,022	47,1	3,33	0,87556	0,0312	45,4	2,33
sdruženáři	\bar{x}	0,44583	0,027	40,2	4,33	0,86408	0,0398	44,5	3,00
% výkonu skokanů u sdruženářů		85,4 %				98,0 %			
		Doba latence				Doba jednotky pohybu			
		sec	s	TB	s	sec	s	TB	s
skokani	\bar{x}	0,17753	0,00107	55,5	2,33	0,11526	0,00630	46,3	2,33
sdruženáři	\bar{x}	0,17061	0,00530	57,2	1,33	0,11423	0,00327	46,7	1,17
% výkonu skokanů u sdruženářů		103,4 %				100,9 %			
		Celková doba reakce				Výška vertikálního výskoku			
		sec	s	TB	s	cm	s	TB	s
skokani	\bar{x}	0,29948	0,00691	53,2	1,67	55,04	0,607	58,9	1,50
sdruženáři	\bar{x}	0,28449	0,00719	55,0	1,67	50,65	0,448	52,0	1,00
% výkonu skokanů u sdruženářů		103,4 %				88,3 %			
		Běh na 15 m se st.				Skok daleký z místa			
		sec	s	TB	s	cm	s	TB	s
skokani	\bar{x}	2,84202	0,0398	55,8	2,67	272,5	4,33	60,1	3,50
sdruženáři	\bar{x}	2,91226	0,0117	51,2	1,17	269,2	2,50	57,0	2,0
% výkonu skokanů u sdruženářů		91,8 %				94,8 %			
		Člunkový běh 5×20 m				Opakované přednožování			
		sec	s	TB	s	počet	s	TB	s
skokani	\bar{x}	19,5	0,183	75,3	3,33	34,1	1,00	67,6	4,00
sdruženáři	\bar{x}	20,5	0,250	56,4	4,50	31,7	0,83	59,7	3,33
% výkonu skokanů u sdruženářů		74,9 %				88,3 %			
		Skoky přes překážky							
		sec	s	TB	s				
skokani	\bar{x}	5,8	0,050	60,8	0,83				
sdruženáři	\bar{x}	6,1	0,15	54,8	1,50				
% výkonu skokanů u sdruženářů		90,1 %							

SHRNUTÍ

- a) základní silový potenciál, měřený v testu 2 je u sdruženářů na velmi dobré úrovni a je kvalitním základem pro rozvoj výbušné síly dolních končetin.
- b) V testech 5 a 6, hodnotících schopnost zrychlení, maximální pohybovou frekvenci a startovní sílu je možno hledat rezervu pro zlepšení úrovně výbušné síly. Hlavně ve schopnosti zrychlení nutno hledat elementární složku výbušné síly, která je nezbytná především ve druhé fázi odrazu a zlepšením její úrovně je možno vytvořit předpoklad i pro zlepšení techniky skoku ve fázi odrazu.
Testu ve člunkovém běhu je nutno v dalším testování věnovat zvýšenou pozornost a volbou vhodné obuvi zajistit jeho objektivnost.
- c) V testech 3 a 4, kde byla testována rychlost jednoduché reakce a rychlost jednoduchého pohybu, jsou výborné výsledky sdruženářů velmi dobrými elementárními schopnostmi pro úroveň výbušné síly.
- d) Z porovnání testů 7, 8 a 10, které zjišťují úroveň výbušné síly a sdruženáři získali 57,0–52,0 a 54,8 T-bodů, v procentech to je 94,8–88,3 a 90,1 výkonu skokanů

lze usuzovat, že v případě nižšího výkonu při vertikálním výskoku z nájezdového postavení se dá reálně usuzovat na **horší úroveň techniky při provedení odrazu**, na nižší úroveň nervo-svalové koordinace a na chyby při sladění pohybů mezi pažemi a dolními končetinami při odrazu.

- e) Zatím není v uvedené testové baterii hodnocena obratnost a flexibilita (pružnost, ohebnost). Domnívám se, že to jsou tělesné vlastnosti, které se úzce podílejí na technice provedení skoku. Flexibilita je předpokladem pro správné zaujetí nájezdového postavení, které je podmínkou správně provedeného odrazu.
- f) Výkonnost sdruženářů v testech 1 a 9 nesouvisí přímo se skokanskou úrovní, je nutno zaměřit se na zlepšení jejich úrovně.

V diskusích k uvedené problematice jsem položil ústřednímu trenérovi VSL ČSTV s. Z. Remsovi tyto dvě otázky:

1. Domníváte se, že horší skokanská výkonnost družstva sdruženářů je způsobena nedostatečnou úrovní tělesných vlastností, podmiňujících výkon ve skoku?

2. V čem vidíte hlavní příčinu nízké výkonnosti sdruženářů ve skoku?

Odpovědi ústředního trenéra Z. Remsy:

1. Můj názor je shodný s výsledky testů motorické výkonnosti, prováděných dr. Novosadem. Úroveň tělesných vlastností potřebných pro skok je u sdruženářů na poměrně dobré úrovni. Nechci tím ovšem říci, že by tréní neměli být vedeni snahou o jejich neustálé zlepšování, jak to vyžaduje dnešní trend vrcholového sportu.

2. Při vyloučení psychických vlivů v mezinárodních závodech, mohou odpovědět, že hlavní příčinu vidím v nedostatečné úrovni techniky, hlavně chyby při provedení odrazu. Mohl bych to dokumentovat porovnáním videozáznamů odrazů sdruženářů a skokanů.

Po rozboru tělesných vlastností sdruženářů a jejich porovnání se skokany lze konstatovat, že jsou na poměrně dobré úrovni. Určité rezervy se jeví v oblasti zrychlující síly, ale hlavní možnost zlepšení skokanské výkonnosti je v oblasti techniky skoku, především ve fázi odrazu.

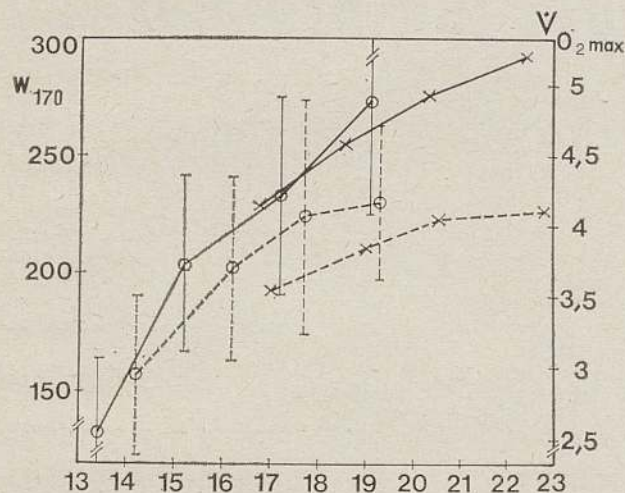
Na základě tohoto zjištění je nutno upravit další tréninkový proces se zaměřením na zlepšení techniky skoku. Chtěl bych zdůraznit, že tuto úpravu není možno aplikovat na úkor běžecké části, ale že je nutno ve skokanské části hledat cesty pro její zkvalitnění a zefektivnění.

JOSEF KUTHEIL

trenér čs. reprezentačního družstva sdruženářů

Longitudinální vývoj zdatnosti lyžařů-běžců

Za hlavní ukazatel zdatnosti, vystihující i míru odolnosti krevního oběhu na námahu i na jiné situace větší náporu, považujeme aerobní kapacitu organismu. Ta je dána schopností organismu přijímat kyslík, krví ho převádět z plic do svalů, a zužitkovávat ho tam převodem chemické energie v pohybovou. Aerobní kapacita či námahová adaptabilita je samozřejmě nejvyš vyvinuta v těch spor-



tech, kde jde o déleodobý výkon námahy, spojené s větší energetickou obměnou. To se týká především vytrvalostních sportů — a mezi nimi zejména běhu na lyžích. Je to tím, že při běhu na lyžích zdolává sice sportovec určitou stálou vysokou úroveň námahy, ale k ní zpravidla intervalově přistupují i výrazná ztížení v podobě terénních vln, míst horší sjezdovosti atd. Kromě toho se při běhu na lyžích neuplatňuje nepříznivý vliv horka, které při letních sportech významně „angažuje“ krevní oběh i pro jiný účel než je přenos kyslíku — totiž pro přenašení přebytečného tepla.

Jestliže je z hlediska teorie pochopitelné, proč by svou fyzickou zdatností měli stát lyžaři-běžci vysoko nad účastníky jiných sportovních disciplín, je to samozřejmě snadno prokazatelné i praxí. Byla už provedena řada průřezových studií, v nichž větší počty laboratorně vyšetřených sportovců byly rozděleny do jednotlivých věkových skupin a současně i do skupin podle sportovních disciplín. Takto získané statistické „průřezy“ jednotlivými věkovými ročníky ukázaly, že v nich lyžaři-běžci stojí úroveň své zdatnosti nad ostatními sportovci. Průřezové studie však nemohly poskytnout věrohodný obraz o změnách, jimiž prochází fyzická zdatnost sportovce během jeho věkového vývoje. Průřezové studie je totiž ryze statická — vychází ze srovnání mnoha navzájem neidentických věkových odlišných skupin.

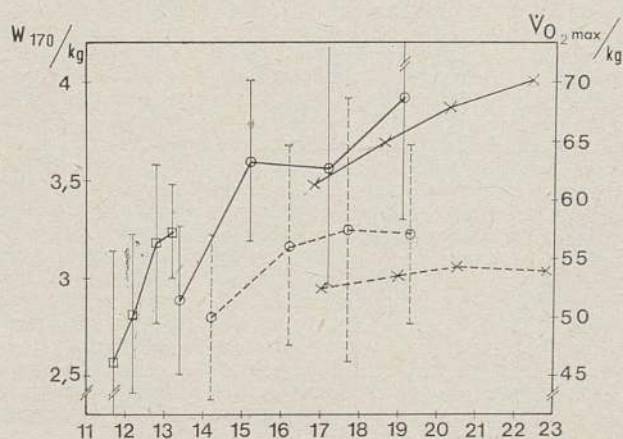
Spolehlivý obraz o vývoji sportovců různých disciplín může poskytnout pouze longitudinální studie, založená na tom, že větší skupiny sportovců sledujeme opakovaně po řadu let. V souvislosti s oslavami 80. výročí lyžování v Novém Městě na Moravě jsme se proto pokusili provést takovou longitudinální studii, založenou na šestiletém sledování pěti skupin sportovců: dvanácti lyžařů-běžců od žakovského do juniorského věku, mezi nimiž jsou hlavně

frekventanti Střediska vrcholového sportu mládeže v Novém Městě na Moravě (na grafu: plynulá čára, kroužky), dvanácti lyžařů-běžců od dorosteneckého do dospělého věku (plynulá čára, křížky), osmatřiceti sportovců-nelyžařů od staršího žakovského do juniorského věku (šrafovaně, kroužky), 152 sportovců-nelyžařů od dorosteneckého do dospělého věku (šrafovaně, křížky). Ve sledování hodnot aerobní kapacity a námahové adaptability, vztažených na tělesnou váhu, jsme k nim připojili ještě dvouleté sledování 18 chlapců ze sportovní třídy lyžování na ZDŠ (plynulá čára, čtverečky). Každou po šest let sledovanou skupinu jsme charakterizovali čtyřmi vyšetřeními. Spojnice průměrů výsledků těchto vyšetření, vztažených vždy k příslušnému průměrnému věku jednotlivců, nám tak ukázala hlavní vývojový trend jednotlivých srovnávaných skupin. Jako ukazatele námahové adaptability jsme hodnotili údaje ergometrického výkonu při 170 tepech za minutu resp. týž údaj vztažený na kilogram váhy (stupnice na levém okraji grafu; údaje ve wattch) a jim odpovídající extrapolované hodnoty maximálního příjmu kyslíku resp. téže hodnoty vztažené na kilogram váhy (celkový údaj v litrech, údaj na váhu v mililitrech kyslíku za minutu; stupnice na pravém okraji grafu). Směrodatné odchylky průměrných hodnot (vyznačené svíslicemi nad údaji průměrných hodnot) jsme zpracovávali pouze pro mladší věkové skupiny.

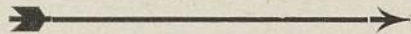
Grafy, odvozené takto z šestiletého longitudinálního sledování celkem 232 sportovců, z toho 42 lyžařů-běžců, jasně prokazují skutečnost, že počáteční hodnoty aerobní kapacity či námahové adaptability lyžařů-běžců se neliší od ostatních sportovců, ale rozrůžňují se od nich čím dál tím výrazněji se stoupajícím věkem — a se stoupajícím už absolvovaným objemem tréninku. Můžeme v tom jistě spatřovat potěšující podporu pro názor, že v poctivém tréninku nic nepřijde nazmar — a že to tedy asi nebudou jen vrozené sportovní vlohy, nadání a předpoklady, které se odrážejí ve vývoji sportovců a na něž někteří kladou až příliš velký důraz, ale především jeho vlastní úsilí a tvůrčí práce na sobě samém.

Dr. KAREL DANĚK, CSc., zdr. s. HEDVIKA HOUDKOVÁ, zdr. s. EVA LINHARTOVÁ a zdr. s. VLASTA STAŇKOVÁ

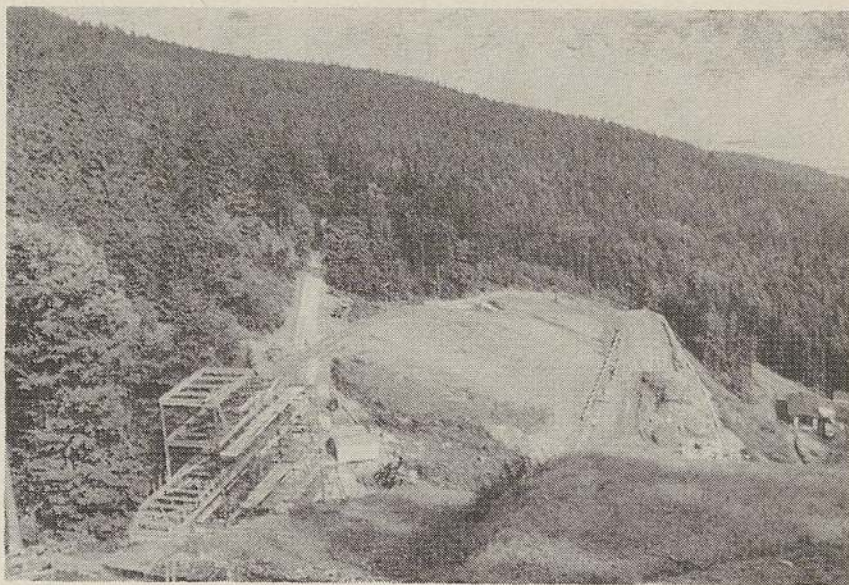
BSP odd. tělovýchovného lékařství, Nové Město na Moravě



Výstavba nové věže na skokanském areálu na Ještědu. Pohled na úpravu dojezdové plochy a novou příjezdovou komunikaci



Loňské zasedání FIS v Curychu rozhodlo s konečnou platností, že pořadatelem IX. mistrovství Evropy juniorů v lyžařských klasických disciplínách bude Československo a jeho kandidát — Liberec. V městě pod Ještědem se na tuto chvíli čekalo s napětím a sotva to bylo jasné — pustili se zde do práce. S fortelem a nadšením, obětavostí, zkrátka s vlastnostmi, s jakými liberečtí pořadatelé v minulosti vzorně připravili již ne jeden vrcholný závod. Organizační výbor, v jehož čele stojí místopředseda ONV v Liberci Karel Zikeš, pečlivě vypracoval plán přípravných prací tak, aby 25. února 1976, kdy se začnou první zahraniční výpravy sjíždět do Liberce,



Liberec přivítá nejlepší juniory Evropy

bylo skutečně všechno v absolutním pořádku.

V BEDŘICHOVĚ NA VÝBORNOU

K tomu, aby všichni účastníci šampionátu byli skutečně spokojeni, bylo však třeba v průběhu letošního roku vykonat mnoho. Především v samotných dějištích soutěží — v Bedřichově a na Ještědu.

Jizerské hory jsou ideálním běžec-kým terénem, to dokumentují tisíce návštěvníků s běžkami na nohou. Ale v této běžecy tak silné oblasti až dosud chyběly skutečně kvalitní standardní závodní tratě. V roce 1971 začali lyžaři Ještědu Liberec s pracemi na nových tratích pro mistrovství ČSSR 1972. Vybrali náročný členitý terén, šampionát se však nakonec pro nedostatek sněhu uskutečnil na náhradních tratích. Poprvé si novou patnáctku a pětku vyzkoušeli účastníci I. ligy v roce 1973 a až na malé výjimky uslyšeli pořadatelé samou chválu.

Pochopitelně, že pro tak významnou akci — MEJ 1976 bylo třeba na tratích ještě hodně pracovat. Patnáctičlenná skupina dobrovolníků, většinou zánícených lyžařských fandů, začala pod vedením Vladimíra Hájka s prvními úpravami začátkem června, vinou zbytečných zdržení při zajištění stavebního povolení a odstřelu pařezů a balvanů se dostaly práce do plného tempa prakticky až v srpnu. Tratě jsou vedeny v chráněné krajinné oblasti, každý zásah musel být konzultován a vezen citlivou rukou — i tak se však podařilo připravit tratě na vynikající úrovni. Vladimír Hájek — velitel tratí: „Připravovali jsme tratě na 5, 10 a 15 km, proti roku 1973 jsme udělali jedinou změnu na patnáctce mezi 10.—11. km. Řídili jsme se zásadou, že tratě musí být členité, sjezdy bezpečné i na rychlém sněhu, výstupy těžké, ale ne extrémní. Jen velmi krátké úseky jsou vedeny na otevřeném prostoru, převážná část je v lese kryta před sluncem. Domnívám se, že jsme odevzdali kus poctivé práce, na všech místech je trať dostatečně

široká, terén jsme upravili tak, že i při slabé vrstvě 15—20 cm jsme schopni zajistit naprosto regulérní podmínky. Budou-li skutečně extrémně nepříznivé sněhové podmínky, přesunuli bychom start na Novou louku a odtud navedli stopu na tyto vybudované tratě.“

Je škoda, že se pro nedostatek času a stavebních kapacit nepodařilo zatím realizovat záměry s výstavbou lyžařské chaty v Bedřichově, která by také mohla posloužit účelům MEJ 1976. V místě startu a cíle budou postaveny provizorní buňky, které poslouží účastníkům jako šatny event. i jako závodní kanceláře.

JEŠTĚD V NOVÉM KABÁTĚ

Velmi podstatně změní svou tvář středisko zimních sportů Ještěd, dá se říci, že se během letošního roku podařilo realizovat všechny plány a někdejší sny jeho „duchovního otce“ Mildy Bělonožníka. Vybudování příjezdové vrstevnicové komunikace umožnilo nejen plynulý přísun stavební techniky a materiálu, potřebného k vybudování nové věže rozhodčích, ale v budoucnu zde bude možný i přísun televizní techniky.

Velké úpravy doznala doskočiště obou skokanských můstků a především dojezd. Byl zdvižen až o 2,5 m, byla vybudována postranní opěrná zeď, celkem zde bylo v pohybu kolem 5000 m³ zeminy. Bylo přistoupeno k odvodnění celého areálu, který bude nyní také perfektně ozvučen a vzájemně propojena všechna stanoviště. Po pravé straně skokanských můstků [při čelném pohledu] vyrostla nová kovová věž, dílo Průmstavu Pardubice. V ní budou samozřejmě místa pro rozhodčí a činovníky skokanských závodů, společenská místnost, místa pro novináře a reportéry, rozhlasová a telefonní ústředna, atd. Její výstavba se neobešla bez nemilých komplikací, zejména čtvrté 25. září bude mít generální dodavatel Sportservis Liberec zapsán černým písmem. Toho dne došlo k havárii jeřábu, pracujícího na výstavbě věže a jejím důsledkem bylo

čtrnáctidenní zdržení. Během října však již věž dostala dřevěný plášť, velkými prosklenými prostorami působí velmi efektně, její místnosti budou vytápěny olejovými radiátory, zkrátka všichni, kteří ji budou používat, by v ní měli nalézt veškeré pohodlí. Určitých změn doznal i odrazový stůl můstku P 70, nově byl vybudován můstek P 40 — oba by měly být v budoucnu pokryty umělou hmotou. Přírodní nájezdy budou vybaveny posuvnými starty. Zkrátka skokanský areál na Ještědu se změnil k nepoznání. -JK-

Také Američané na hmotě

Skokani USA zahájili přípravu na ZOH 1976 v polovině září v Madisonu na můstku s umělou hmotou. Trenérem amerických skokanů je Glenn Kotlarek. Jeho asistentem byl jmenován 28letý Bill Bakke, který byl členem skokanského reprezentačního týmu v letech 1965—1972, zúčastnil se ZOH v Grenoblu a mistrovství světa 1970 ve Vysokých Tatrách. Bakke je coachem Madison Ski Clubu a má v reprezentačním družstvu uplatnit své mezinárodní zkušenosti i znalosti z vědeckého výzkumu.

Kanadští sjezdaři v Evropě

Dvaadvacetičlenná výprava kanadských lyžařů ve sjezdových disciplínách přicestovala začátkem října do Evropy k čtrnáctidennímu tréninku v Rakousku. Byli v ní Dave Irwin, Ken Read, John Illand, Keith Humfrey, Jim Hunter, David Bergeon, Steve Podborski, Germain Barrette, Yvon Blackburn, Daniel Bergeon, Danny Mino-gue, Betsy a Susan Cliffordovy, Laurie a Kathy Kreinerovy, Susan Asletto-vá, Joan Wilsonová, Vanita Hainin-gová, Sarah Satowová, Jeannette Zainerová a Toria Moserová. Chyběli zranění členové reprezentačního týmu Bob Miller a Karen Cloutierová.

Stoupající intenzita životního dění a narůstající tréninkové dávky se nepříznivě dotýkají nervové soustavy sportovce. Přiměřený spánek jako generalizovaný útlum nervové soustavy je pro sportovce velmi důležitý nejen v tréninkovém období, ale hlavně před závodem. Spíčkovi sportovci spí denně 10–11 hodin včetně odpoledního spánku. Pravidelný, dostatečně dlouhý a dostatečně kvalitní spánek je velmi důležitou součástí životního režimu sportovce. Vede k zotavení nejen soustavy nervové, ale i ostatních tkání a orgánů. Neexistuje prostředek, který by spánek mohl nahradit. Spánek navozený medikamenty má výrazně horší kvalitu než spánek přirozený.

Kvalitní spánek je stejně důležitý pro správné dýchání, příjem potravy a tektutin, jakož i pro další funkce. Ačkoliv má spánek základní biologický význam, nepodařilo se hlouběji proniknout do mozkového a vegetativního dění z tohoto stavu. Vliv spánku na činnost jednotlivých orgánů a orgánových systémů živého jedince se projevuje snížením jejich funkcí na bazální úroveň.

Spánek se uplatňuje také jako významná léčebná metoda u různých civilizačních nemocí. Tak je běžná spánková léčba při vředové chorobě a u některých funkčních poruch zaživacího ústrojí. U zdravých osob během noci dochází k výraznému útlumu sekrece žaludečních šťáv. U nemocných s vředovou chorobou dvanáctníku je naopak sekrece žaludečních šťáv vysoká. Spánková léčba přispívá také ke snížení řady nemotických potíží a ke zlepšení reaktivity organismu.

Hygiena spánku a sportovní výkon

Mnohotvárně se projevuje vliv spánku v oblasti výživy a látkové výměny. Dochází k převaze procesů anabolických nad katabolickými a k přesunu činnosti do oblasti aktivního asimilačního procesu. Spotřeba kyslíku se za spánku snižuje. Přeměna glycidů se ve spánku udržuje na vysoké úrovni. Snížení hladiny vitamínu C se vykládá zvýšenou destrukcí a poruchou schopnosti řady orgánů obnovovat dehydroaskorbobou kyselinu (vitamín C). Také vitamíny B skupiny podléhají ve spánku určitým změnám. Při užití tablet pro spaní se snižuje vylučování vitamínu B z těla a současně dochází k jeho zadržování v orgánech.

Spánek snižuje příjem tekutin a zvyšuje chuť k jídlu a výrazně zvyšuje váhový přírůstek.

Spánek představuje tedy v denním cyklu proti bdění časové údobí změněné metabolické aktivity, charakterizované anabolickým rysem.

Poruchy spánku jsou v současné době velmi rozšířené. Jsou zcela nežádoucí u sportovce pro jejich bezprostředně nepříznivý vliv na výkonnost. K zajištění dobrého spánku je však nutný celý komplex opatření.

Nejjednodušší je několik cviků před spaním. Obvykle stačí 8–10 dechových cvičení vstoje nebo vleže při dobrém větrání.

Také jídlo před spaním hraje důležitou úlohu. Naprosto nevhodné jsou těžce stravitelné večeře těsně před spaním. Nejděle leží v zaživacím systému hovězí masa, telecí masa, bifteky, pečená masa, olejovky. Před spaním jsou vhodné ovocné šťávy, zeleninové saláty, netučný sýr, mléko apod. Večeři je nutno podávat 1–2 hodiny před spaním.

Večerní procházka místo nevhodného nebo pozdního jídla je mnohem prospěšnější.

Vlažná až chladná lázeň se někdy doporučuje pro nervově předrážděné osoby. Její zakončení frotáží a kartáčováním nebo několika pohyby na zdravém vzduchu může velmi dobře ovlivnit kvalitu spánku. Nevhodné noční prádlo s těsnými opasky nebo s tvrdými knoflíky, nadměrně přiléhavé, může mít také rušivý vliv.

Teplota v místnosti má být 16–18 stupňů C. Příliš chladné prostředí (pod 10 stupňů C) podle různých autorů působí špatně na hloubku spánku. Proto v zimních měsících otevírání okna v noci není vhodné.

Dokonalé lůžko je jedním z hlavních předpokladů kvalitního spánku. Nesmí být především ani tvrdé, ani příliš měkké. Trojdílné žíněné matrace na tvrdém podkladě jsou ze zdravotnického hlediska nejvíce doporučovány. Měkké lůžko vede k prohnutí páteře a k následným chorobám pohybového systému.

Z podobných příčin je neméně důležitá správná výška polštáře. Jeho úlohou je vyplnit mezeru mezi ramenem a hlavou při poloze těla na boku. Tím je určena jeho správná výška. Podhlavník není žádoucí.

O druhu pokrývky rozhoduje teplota v místnosti. Nejvhodnější jsou prošívané nebo vlněné. Je nutno mít na zřeteli, že dvě vlněné pokrývky hřejí více než jedna peřina.

Sebemenší šumy nebo i vůně květin působí rušivě na kvalitu spánku. Také nadbytek světla není vhodný a proto se doporučuje vždy mít zatemněno.

Poloha těla je při spánku měnlivá. Nejlépe je si lehnout tak, jak je to tělu nejpříjemnější. Platí to hlavně pro usínání. Během spánku se mění poloha těla 30–80krát, čímž se uvolňují různé svalové skupiny.

Dojde-li k nespavosti i při dodržování všech těchto zásad, pak je možno vyzkoušet například tento recept: medové mléko (1 lžice medu, 1 žloutek, 1/8 litru horkého mléka).

Při použití léků pro spánek — hypnotik — je nutné se vždy radit s lékařem pro jejich rozdílnou sílu, přetrvávání účinnosti, nástup účinku a dobu působení. Jejich užití je nouzovým řešením a velmi varovný je vznik návyku na tyto prostředky.

Dr. PAVEL VIK

Co po Spartakiádách v ločkách?

Československá spartakiáda 1975 skončila, následovaly dny bilancování jejich výsledků a my jsme mohli s uspokojením konstatovat, že námi vyhlášená a organizovaná akce Spartakiádních vloček byla úspěšná.

Pro letošní a následující sezóny šesté pětiletky vyhláší proto výbor svazu lyžování ČÚV ČSTV masovou náborovou lyžařskou soutěž o stříbrný a zlatý odznak „Lyžař ČSR“. Výroba odznaků je již zadána a věříme, že do zahájení sezóny budeme moci dostatečným počtem vybavit všechny okresy.

V tomto čísle uveřejňujeme podmínky pro získání stříbrného odznaku „Lyžař ČSR“, který je základním stupněm, tedy snadnějším než k získání odznaku „zlatého“, jehož podmínky přineseme v prosincovém čísle Lyžařství.

Stříbrný odznak „Lyžař ČSR“ získá každý lyžař bez omezení věku po splnění těchto podmínek:

1. obrat na lyžích na svahu
2. změna směru jízdy obloukem
3. plynulá jízda na trati vyznačené deseti jednoduchými brankami
4. překonání vzdálenosti na lyžích v terénu minimálně: muži 5 km, ženy a dorost 3 km, žactvo 1 km.

Pro zájemce o získání odznaku budou vydány dvoudílné průkazy, do kterých jsou oprávnění potvrzovat splnění shora uvedených podmínek:

1. cvičitelé, trenéři a rozhodčí lyžování
2. cvičitelé lyžařské turistiky
3. cvičitelé ZRTV
4. mimo organizaci ČSTV činovníci pověřeni lyžařským výcvikem (ROH, SSM, školství, armáda atd.).

Po úspěšném splnění podmínek si lyžař ponechá první díl průkazu jako doklad o tom, že podmínky pro získání odznaku splnil, druhý díl si na OV ČSTV vymění za odznak „Lyžař ČSR“. Doporučujeme, aby odznaky byly odebrány pokud možno vždy pro celý kolektiv najednou.

Vyzýváme všechny oddíly, aby v rámci pospartakiádní aktivity připravily vše k tomu, aby ihned jakmile to sněhové podmínky umožní, zorganizovaly slavnostní a manifestační zahájení plnění podmínek odznaku „Lyžař ČSR“ pro mládež i dospělé. Spolupracujte s ostatními organizacemi a věnujte velkou pozornost propagaci. Ať s naším odznakem lyžuje co největší počet občanů!

JARMILA ČEHOVSKÁ

Fotografie na první a druhé straně obálky Jaroslav Trousil, na třetí straně Jiří Macht a Jaroslav Trousil, na zadní straně obálky Jiří Kotland.

Fotografie uvnitř měsíčníku ing. Pavel Borský, Miroslav Hladík, Jiří Kotland, Miroslav Martiňák, dr. Jiří Novosad a Jaroslav Trousil.

Zodpovednosť za výchovu talentov

Handlová, Prievidza, Nováky, Zemianske Kostolany, Nitrianske Pravno ... Aspoň niekoľko miest z oblasti, ktorej hovoríme Horná Nitra. Je tu síce dostatok kopcov, no máme veľa iných a lepších oblastí pre rozvoj lyžovania. A predseda, na Hornej Nitre nám vyrástlo niekoľko výborných lyžiarov, reprezentantov našej vlasti.

Pripomeňme si aspoň najznámejších: sestry Kuzmanové, Dolník, Blaho, Miština, Kalman. Odpoveď na otázku „prečo“ je vlastne potvrdením známej skutočnosti, že okrem prírodných podmienok je tu ešte čosi veľmi dôležité: podpora rodičov, pochopenie na škole, možnosti telovýchovných jednôt a konsolidovaná práca v oddieloch, starostlivý výber a vedenie talentovaných jedincov a hlavne podpora straníckych orgánov.

Okresný výbor ČSZTV v Prievidzi po zrelej úvahe si naplánoval dlhodobé úkoly rozvoja jednotlivých športov. Pritom brali do úvahy rozloženie organizačnej siete svojich telovýchovných jednôt a došli k záveru, že určitá rajonizácia športov musí byť robená tak, aby rozhodujúce podniky a závody v okrese sa stali garantmi vybraných telovýchovných jednôt.

„Starostlivosť o talentovaných zjazdárov sme sústredili do TJ ENO Zemianske Kostolany, kde by sme chceli perspektívne vytvoriť aj tréningové stredisko mládeže,“ vysvetľuje predseda OV ČSZTV v Prievidzi Štefan Svitek. „Zaujímam o zjazdové lyžovanie, najmä medzi mládežou, je ohromný. Žiaľ v Zemianskych Kostolanoch nám zatiaľ chýba odúševnený organizátor, človek zapálený, ktorý by vedel presvedčať aj prekážky, ktoré sú. Ne-

treba so ich zľaknúť. Nestačí len tréner, ten má nakoniec celkom iné poslanie ako organizovať, starať sa o financie a pod.“

Slová do bitky. Samozrejme naša cesta viedla do elektrárne v Zemianskych Kostolanoch. Riaditeľ Ing. Jozef Drobnička má čas. Keď počuje, o čo ide, volá predsedu telovýchovnej jednoty a súčasne predsedu lyžiarskeho oddielu Ing. Jána Duduča.

Bol to zaujímavý rozhovor. Napríklad súdruh Drobnička vyslovil presvedčenie, že všetko je v poriadku, lyžiari dostávajú čo potrebujú, a majú všetky podmienky, aby mohli plniť svoje poslanie. Keď potom predseda oddielu súdruh Duduča vyratúva, čo dostali a čo by potrebovali, je prekvapený. Tie prostriedky, ktoré podnik poskytol, na športovú činnosť nestačia. Zjazdové lyžovanie je drahý šport.

„Nám ide aj o masu. Chceme, aby lyžovalo čo najviac našich zamestnancov. A verte, že som ani presne nevedel, s akými ťažkosťami sa boria lyžiari,“ priznáva sa riaditeľ. „A potom, musíme brať do úvahy naše možnosti. Sme nútení dbať aj na predpisy. Máme nedobré skúsenosti s Okresnou finančnou správou.“

Je tu na jednej strane presvedčenie, že všetko je v poriadku, na druhej strane nedostatok podpory aj obavy túto podporu zvýšiť. Telovýchovnú jednotu poverili starostlivosťou o výkonnostné lyžovanie a sústredili sem talentovaných žiakov Stana Vozárika, majstra Slovenska v kombinácii, víťaza Slovenského pohára (teraz prešiel do lyžiarskeho gymnázia v Kežmarku), Janka Vozárika, na majstrovstvách Slovenska druhého v slalome a tretieho v obrovskom slalome, Ladislava Beera, víťaza kvalifikácie v slalome a tretieho v obrovskom slalome, Borisa Haľšudu, ktorý skončil v prvej desiatke na majstrovstvách ČSSR v obrovskom slalome, Alenu Mančíkovú, členku národného družstva ...

Riaditeľ podniku žiada od funkcionárov popri výchove talentov aj starostlivosť o masový rozvoj.

Sú schopní pracovníci oddielu obe úlohy zabezpečiť? Nie! Horko-ťažko si

poradia so zvládnutím základnej činnosti. Stanislav Blaho, jediný tréner, na všetko nestačí. Veď dnes už sa práca s výkonnosťnými pretekármi nemôže deliť na zimu a leto. Lyžovanie sa stalo celoročným športom. A súdruh Blaho má pre prácu trénera zelenú len v hlavnej sezóne. Od 21. apríla do októbra robí v podniku šoféra a je plne vyťažený. Kde je celoročný tréningový plán a jeho plnenie? Akože to povedal predseda OV ČSZTV S. Svitek? „Treba, aby v TJ ENO venovali viac starostlivosti špičke, výkonnosťným športovcom. Dobro to robia v rozvoji masovosti, ale nechápajú, že výchova špičkového športovca je dlhodobý proces vyžadujúci všestrannú podporu.“

Áno! Možno by mali v TJ ENO považovať o možnosti zvýšenia kvalifikácie trénera Blahu, o takom jeho pracovnom zaradení, aby sa mohol celoročne venovať tréningu, aby bol o bremený od organizačnej práce. Na druhej strane by tréner Blaho mal viac dbať na plnenie tréningových plánov, mal by dôraznejšie žiadať od výboru TJ a oddielu poskytovanie zvýšenej podpory svojim mladým zverencom, užšie spolupracovať s ich rodičmi a školou. Možno by sa potom získali prostriedky aj na úhradu tréningových hodín a sústredení a nielen tých 15 korún denne pre pretekára na pretekoch a aj tie dostávajú maximálne tri dni.

Zdá sa, že lyžiari v TJ ENO sú príliš nespokojní. Aspoň tak som tomu rozumel. Nežiadajú, teda nedostávajú. Riaditeľ podniku sa domnieva, že je všetko v poriadku. Ale nie je. A na to by mali funkcionári lyžiarskeho oddielu upozorniť. Veď v Prievidzskom okrese vždy sa vedeli postarať o talenty. Veríme, že tomu tak bude aj v TJ ENO. Pracujúci ENO v Zemianskych Kostolanoch by iste súhlasili so zvýšením podpory „svojich“ športovcov. Podpora finančná, materiálna aj kádrovej. Veď ich dobrý chýr a výsledky sú dôkazom pochopenia významu našej socialistickej telovýchovy a jej potrieb.

KAROL EIDLPEŠ

Předchůdcem dnešních lyží byly tzv. krpy neboli sněžnice. Byla to vlastně zahnutá hůl uvnitř vypletená koženými řemínky, kterými se tyto krpy připevňovaly k nohám. Později člověk potáhl krpy přímo koží. Teprve pak kožené výplety na těchto sněžnicích nahradil první lyžař dřevem, upraveným do podoby člunků. Tak vznikly první pralyže. Jejich kolébkou byla oblast na Bajkalu na Sibiři.

Brzy používali lyži i obyvatelé Skandinávie, kteří je nazvali sloveski. To se pak ujalo skoro na celém světě. V osmáctém století již byly lyže na Severu hodně používány a v první polovině devatenáctého století začaly sloužit už ne pouze k dopravě a plnění jiných povinností, ale také k zábavě. V roce 1843 byly v Norsku uspořádány první lyžařské závody na světě a v roce 1861 zde byl založen i první lyžařský svaz.

Lyže se staly náhle nezbytnou součástí i mnoha výzkumných expedic

Jak se lyže dostaly

různých badatelů, cestovatelů a objevitelů nových krajin. Tak už r. 1878 je použil na své neúspěšné výpravě do Grónska dánský kapitán Jensen, stejně jako jeho další pokračovatelé. V roce 1888 napsal knihu „Paa Ski over Grønland“ (Na lyžích přes Grónsko) znamenitý norský zoolog a konzervátor Fridtjof Nansen. Jeho cesta Grónskem v té době ohromila celý svět a padesát stránek popisů lyží v jeho knize hltili čtenáři v celé Evropě stejně jako jeho popis grónské cesty a tamní krajiny.

Nansenova kniha získala velký úspěch i ve střední Evropě. Noviny přinášely citáty a obrázky o Nansenově lyžování. Čtenáři a bohatí obyvatelé z celé střední Evropy si nechali posílat tyto nové lyže z Norska, a napřed tajně, později už i veřejně se na nich začali pohybovat a lyžovat.

Vedle Nansena pomohli rozvoji lyžování ve střední Evropě zvláště norští studenti působící na školách v Německu a alpských zemích. Ti zde potom začali zřizovat první lyžařské kluby a nový sport i propagačně pomáhali rozvíjet, až lyže i ve střední Evropě zdomácněly.

Obrovský kus práce pro rozvoj lyžování ve střední Evropě a v Alpách vůbec vykonat rakouský učitel a malíř Matyáš Žďárský (1856—1940), rodák od Třebíče. V osmdesátých letech minulého století se odebral do Alp nejprve malovat krásná alpská zákoutí. Zamiloval si je natolik, že se poblíž Lilienfeldu trvale usadil. Místo malování jej však více upoutalo lyžování. Vynalezl nové vázání, které nazval podle své vesnice lilienfeldské a vybudoval postupně celou novou, moderní lilienfeldskou lyžařskou školu.



NOVÍ ÚSTŘEDNÍ LYŽAŘSTÍ ROZHODČÍ

Na návrh subkomise rozhodčích VSL ÚV ČSTV jmenovalo předsednictvo výboru svazu lyžování ÚV ČSTV na své schůzi 17. září dvanáct lyžařských rozhodčích **ústředními rozhodčími**. Jsou to: ing. Lubomír Bujok (Žilina), Vladimír Douša (Mladá Boleslav), Antonín Husák (Praha), ing. Gašpar Kočtuch (Liptovský Hrádok), Václav Komrska (Strakonice), ing. Konrád Košta (Košice), Marta Kukurová (Tatranská Lomnica), ing. Antonín Pohořelický (Plzeň), Otakar Skácel (Přerov), Miroslav Strnádek (Tanvald), Alfons Stancl (Brno) a Bohuslav Šuda (Ústí nad Orlicí).

Všichni nově imenovaní ústřední rozhodčí jsou dlouholetými pracovníky v lyžařském hnutí. Jsou obětavými a zkušenými rozhodčími, kteří každoročně pomáhají organizovat a technicky zajišťovat lyžařské závody všeho druhu a na všech organizačních stupních, počínaje oddílovými a náborovými závody a konče závody mistrovskými a mezinárodními. Někteří

z nich mají blíže ke klasickým disciplínám a setkáte se s nimi jak na Štrbském Plese, tak v Harrachově, Líberci nebo ve Špindlerově Mlýně. Jiní holdují sjezdovým disciplínám a někteří z nich našli zálibu v závodech mládeže. Ti pak každoročně řídí dnes již tradiční významné mezinárodní závody mládeže ve Špindlerově Mlýně, Říčkách nebo ve Vrátně. Jsme rádi, že mezi novými ústředními rozhodčími je také žena, která s nadšením a láskou kráčí ve šlépějích svého otce, bývalého dlouholetého lyžařského rozhodčího a významného představitele lyžařského sportu na Slovensku.

Věříme, že všichni zůstanou lyžařně věrní v příštích letech a že podle svých sil přispějí k dalšímu rozvoji tohoto sportu v naší krásné zemi. V tomto jejich počínání, ale i v jejich zaměstnání jim přejeme hodně úspěchů.

Dr. OTTO KULHÁNEK
předseda subkomise rozhodčích
VSL ÚV ČSTV

do střední Evropy

V Rakousku, Itálii, Švýcarsku i ve Francii vzniklo mnoho osobitých škol lyžování, které jen přispěly, podobně jako škola Ždárského, k rychlému rozvoji alpského a středoevropského lyžování vůbec.

Velký obrat v dějinách lyžování a zimní alpinistiky přinesly roky 1896—1900. V těchto letech byly položeny i základy zimnímu horolezectví. Zasloužil se o to zvláště Wilhelm Paulcke, který r. 1896 vystoupil na lyžích na vrchol Oberalpstocku a překonal výšku 3000 m. I dalšími svými výstupy v dalších letech podal Paulcke jasný důkaz, že lyže mají velký význam i v horolezectví. Tím jejich vliv zvláště v Alpách vzrostl. V roce 1895 začíná v Alpách výstavba prvních lyžařských chat. A v roce 1898 na Semmeringu za účasti Norů se konají už velké mezinárodní lyžařské závody.

Do českých zemí se lyže dostaly poprvé v roce 1887 zásluhou Josefa Rösslera-Ořovského, velkého tehdejšího průkopníka sportu u nás, od jehož smrti uplynulo už čtyřicet let. Rössler si své první lyže objednal u norské firmy Heyde. Vzbudily pochopitelně patričnou senzací. Brzy poté objednal lyže pro své lesníky a lesní dělníky na svém panství hrabě Jan Harrach. První naše domácí lyže podle nich vyrobil krkonošský kolář Soukup. Kolébkou českého lyžování se stala Jilemnice, kde také byl v roce 1894 založen první masový lyžařský klub. A na přelomu století se lyže už objevují i ve Vysokých Tatrách. A tak tento nový sport ve střední Evropě má od té doby další nesmírné možnosti širokého, blahodárného svého rozvoje.

VÍTĚZSLAV ŠLECHTA

Můstek v Králíkách patří k těm, kde bývají celou sezónu příznivé sněhové podmínky. Je v nadmořské výšce 950 metrů pod Kremnickým hřebenem, vzdálen 10 km od Banské Bystrice. Má normový bod 70 m, držitelem rekordu můstku je Janouch (RH Štrbské Pleso) skokem 87 m. Vpravo jak vypadá terén v podzimním období, vlevo v zimě pod sněhem

ČESKOSLOVENSKÝ POHÁR SDRUŽENÁŘŮ

V zájmu dalšího rozvoje a celkového zvýšení sportovní úrovně soutěží, zkvalitnění práce a prohloubení zainteresovanosti jednotlivých lyžařských oddílů k získání dalších lyžařů pro závod sružený se skutečnými v nové sezóně oddílová soutěž družstev o Československý pohár.

Této soutěže se mohou zúčastnit všechny lyžařské oddíly, které vychovávají v této disciplíně aktivní závodníky v kategorii dorostu, junioři a dospělých. Počty soutěžících nejsou omezeny. Do výsledků soutěže se započítávají vždy tři členové soutěžícího družstva TJ, kteří dosáhli nejvyšší počet bodů v kategorii dorostu a dospělých. Jedno kolo tvoří dvě soutěže (jedna v kategorii dospělých a druhá v kategorii dorostu). Soutěžící družstvo TJ může být složeno z jedné nebo více věkových kategorií. Tím je umožněna účast většímu počtu lyžařských oddílů, což je také jedním z cílů nové soutěže.

V každé soutěži se přepočítávají výsledky nejlepšího závodníka na 460 bodů a stejný bodový rozdíl se připočítává i všem ostatním závodníkům soutěže družstev k jejich původně dosaženým bodům.

V nové sezóně byly do Československého poháru zařazeny tyto soutěže. I. kolo 13.—14. prosince Štrbské Pleso (muži a junioři), 31. ledna—1. února 1976 Tatranská Lomnica (dorost), II. kolo 21.—22. února Liberec (muži, junioři a dorost), III. kolo 16.—17. března Štrbské Pleso (muži a junioři), 6.—7. března Harrachov (dorost).

-ms-

Vývoj výzbroje a výstroje skokanů

Lyžování patří mezi sportovní odvětví, kde růst sportovních výkonů úzce souvisí se zdokonalováním výzbroje a výstroje závodníka. Výsledkem použití nových hmot a nové technologie výrobního procesu jsou dokonalejší a ucelnější výrobky. Jejich přímým důsledkem je zdokonalení či úplná změna závodní techniky, která je jednou z cest ke zlepšení sportovních výsledků. Tento vývoj byl a je patrný především ve sjezdových disciplínách. Hnacím stimulem vývoje, především v kapitalistických zemích, byla možnost zvyšování cen při odbytu lyží pro sportovní lyžování, když při jejich výrobě byla aplikována některá zlepšení z výroby lyží pro špičkové závodníky.

V posledních letech však tento trend zasáhl i běžecskou a skokanskou výzbroj. Důvodů je několik. Jednak pokračuje mezi státy mírové soutěžení o získání priority ve výkonnosti vrcholových závodníků a jednak je to další možnost jak dostat zpět náklady vynaložené na výzkum a vývoj lyžařské výstroje a výzbroje a získat nové možnosti prodeje.

Z této situace vycházel především rakouští výrobci lyží, kteří v předolympijském roce přišli s řadou novin. Tyto kladně ovlivnily výkonnost jejich závodníků a tak musela družstva ostatních států si zajistit zdokonalení výstroje buď z vlastních domácích zdrojů (a to je do ZOH krátká doba) a nebo novou výzbroj a výstroj u rakouských firem zakoupit.

V zahraničních pramenech jsou publikovaná fakta o výhodách nové výzbroje a výstroje skokanů silně zkrslena reklamními vlvy. Proto se pokusme o reálné zhodnocení těchto bezesporu progresivních zlepšení. Naše poznatky vycházejí především z vlastních pozorování a výzkumů, prováděných u světové špičky závodníků na našich i zahraničních závodech s mezinárodní účastí, především na předolympijských v Seefeldu. Dále pak z poznatků a zkušeností trenérů našich reprezentačních družstev, kteří ve spolupráci s výzkumnými a technickými pracovníky, prováděli v průběhu roku ověřování uvedených novin.

Vlastní tvar skokanských lyží nedoal výraznějších změn. Jednotlivé značky se liší tvarováním špičky. Hlavní pozornost konstruktérů je zaměřena na zlepšování aerodynamických vlastností a zdokonalování skluznice. Nastává diferenciacce lyží pro skoky na sněhu a skoky na umělé hmotě. Pro skoky na sněhu se dnes již užívá převážně laminátových lyží. V Seefeldu mělo ze 71 účastníků závodu ve skoku 25 % lyže Fischer, 23 % lyže Elan, 17 % lyže Kneissl, 11 % lyže Poppa (NDR) a zbývajících 23 % lyže dalších pěti značek, mezi nimi i naše lyže Sokol. Z tohoto přehledu je zřejmý ústup kdysi nejlepší značky Poppa, u kterých je použita kombinace dřeva a laminátu. Pro skluznici lyží Fischer bylo použito nového druhu teflonu. Tento je na určitých druzích sněhu rychlejší než kofix nebo jiný druh skluznice použitý u ostatních značek. Firma Fischer zde využila poznatků, které získala při konstrukci sjezdových lyží C 4. Lyže opatřené touto skluznicí jsou prokazatelně rychlejší na mokřem sněhu. Hodnota koeficientu tření ve skluze je u této skluznice nižší, než u jiných typů. Na zmrzlém sněhu se přizpůsobuje tvrdost skluznice odpovídající tvrdosti sněhových krystalů speciálními para-

finy. V současné době se tyto parafíny různé tvrdosti vzájemně mísí v závislosti na teplotě a druhu sněhu. Po rozpuštění se za tepla nanášejí štětcem na skluznici skokanských lyží, stejně jako při mazání lyží sjezdových. V Seefeldu pracovali u rakouského družstva odděleně při mazání dva týmy odborníků, jedni u lyží firmy Fischer a druzí u lyží firmy Kneissl. Výsledkem této péče byla průměrná rychlost rakouských závodníků na nájezdu 23,80 m [tj. 85,68 km/hod], proti průměrné rychlosti 23,60 m [tj. 84,96 km/hod.] ostatních závodníků. Uvážíme-li, že podle našich měření ovlivňuje rychlost jízdy před odrazem přibližně 35 % variability délky skoku, pak nejsou tyto rozdíly pro konečný výsledek zanedbatelné.

Poněkud odlišná situace je u lyží pro skoky na umělé hmotě. Zde můžeme vidět návrat k dřevěným lyžím na jejichž dřevěnou skluznici je zapalováním nanášena vrstva speciálního laku. Vidíme, že i u skokanů bude brzy nezbytné volit lyže podle momentálních sněhových podmínek a profilu můstku.

Další výrazné změny prodělala skokanská výstroj. V posledních letech nastal ústup od kdysi běžného oblečení do šponovek a přiléhavého svetrů. Toto oblečení vystřídaly úzké silonové šponovky, opatřené vpředu i vzadu širokou náprsenkou, pod kterou skokan oblékal tenký rolák s dlouhým rukávem. V tomto oblečení absolvovala ještě většina skokanů MS 1970 ve Vysokých Tatrách a MS 1974 ve Falunu. V letošním roce však nastoupila některá družstva ve speciálně upravených skokanských kombinézách šitých jako celek. Jejich materiál se vyznačuje značnou hladkostí a tedy minimálním odporem vzduchu při ob-

Nová skokanská kombinéza rakouského družstva



tékání. Vhodnost materiálu byla vyzkoušena v aerodynamických tunelech. Výsledkem tohoto oblečení bylo dosažení vysoké nájezdové rychlosti. Avšak ve fázi letu hladkost kombinézy byla příčinou malého odporu vzduchu pod skokanovým tělem a tím i poklesu vztlakové síly. Důsledkem tohoto „proležávání“ bylo snížení výšky letu a tím i zkrácení délky. Proto pro vylepšení aerodynamických podmínek za letu a pro současně zachování optimálních podmínek nájezdu, byly hladké kombinézy pouze na prsou a stehnech opatřeny nášivkami látky s vysokou drsností povrchu. Tak bylo dosaženo jak výborných podmínek na nájezdu, tak zvýšení vztlakové síly ve fázi letu. Tato síla vyrovnává část váhy skokana, zpomaluje snižování dráhy jeho letu a tím let prodlužuje.

Na předolympijských závodech v Seefeldu 1975 mělo ze 71 závodníků již 28 speciální kombinézy. Zbývajících ještě startovali ve šponovkách s náprsenkou. Nášivkami měli opatřeny kombinézy především Rakušané. Plocha nášivky na prsou a stehnech zaujímá 60 % celkové čelní plochy skokana ve fázi letu.

Změnu doznala i skokanská obuv. Poměrně měkká a nízká bota, která umožňuje dokonalý odraz a citlivé vedení lyží byla málo vhodná pro zajištění dynamické rovnováhy skokana. Proto se v poslední době objevily v zadní části boty opěrky podobně jako u sjezdařů. Mají pro skokana několik výhod. Předně dovolují zaujmouti vhodnější polohy skokana na nájezdu posunutím jeho těžiště vzad. Při fázi vzletu pomáhají k dosažení vhodného úhlu lyží s křivkou dráhy letu. Velmi důležitou roli pak hrají při doskoku, kde značně zlepšují dynamickou rovnováhu skokana v předozadním směru. V druhé polovině letošního roku jsou národním podnikem Botana Skuteč expedovány do prodeje a lyžařským oddílům speciální skokanské boty opatřené opěrkami.

Je pochopitelné, že na pokusy získat pomocí nové výzbroje a výstroje výhodu při soutěžení s ostatními závodníky musela reagovat i skokanská komise FIS. Proto se těmito otázkami zabývala na jubilejním XXX. kongresu, který se konal letos 25. května—1. června v San Francisku. Zde byla ta část mezinárodních skokanských pravidel pojednávající o výzbroji a výstroji nově formulována a obsahuje následující základní ustanovení.

Výstroj a výstroj skokana má být konstruována tak, aby zajistila optimální aerodynamické a skluzové vlastnosti. Na výzbroji a výstroji používané v současné době je zakázáno provádět takové úpravy, které by umožňovaly dodatečně zlepšení letových vlastností nebo by znamenaly zvýšené nebezpečí pro sportovce.

Proto není dovoleno opatřovat výstroj a výstroj postranními výčelníky a plochami, které vedou v aerodynamických podmínkách k zvětšení nosné plochy. Nelze používat látkové či z jiného materiálu vyrobené spoje mezi končatinami a trupem, dále vstřité vycpávky vzduchové či látkové, které mění tvar těla skokana. Stejně tak není dovoleno vkládání přídatné zátky do oděvu. Je však dovoleno používání opěrek u skokanské obuvi.

PhDr. JIŘÍ NOVOSAD, CSc.



Na prvním sněhu

Listopad znamená pro členy čs. reprezentačních družstev první přípravu na novém sněhu. Zatímco sjezdáři využívají k tréninku alpských sjezdovek, běžci, běžkyňe a sdruženáři již tradičně jezdí do švédské Kiruny za polární kruh. Naši skokani mají letos poprvé v závěrečné přípravě na závodní sezónu vyzkoušet můstky skokanského střediska na Hochkönig, kde se nejdříve ve vysokohorské poloze začíná skákat.

Na prvním obrázku František Šimon, Jiří Beran a Stanislav Henych, kteří i v olympijské sezóně mají být oporami čs. běžeckého družstva. Na druhém snímku Miloslav Sochor, který je největší nadějí z čs. reprezentantů na ZOH ve sjezdových disciplínách. Na třetím obrázku Anna Pasiarová, Blanka Paulů a Alena Bartošová patří k členkám olympijského družstva běžkyň, které si vedly nejlépe v přípravě.





Jednota Jan 1971

lyžařství

ROČNÍK 61 ♦ PROSINEC 1975 ♦ Kčs 3,— 12





POSLEDNÍ v přípravném období

Závěrečný výcvikový tábor čs. reprezentačního družstva běžkyň v letním přípravném období se konal koncem října v Novém Městě na Moravě. Na prvním obrázku trenér Petr Honzl s členkami družstva na nové asfaltové dráze pro jízdu na kolečkových lyžích. Na druhém čs. reprezentantky při tréninku v pěkném terénu v okolí hotelu Ski, který byl střediskem přípravy. Na třetím běžkyňě při posilovacích cvičích a na čtvrtém obrázku běh v terénu, v čele Blanka Paulů před Lídou Harváňkovou.



Z OBSAHU PŘÍŠTÍHO ČÍSLA

DO OLYMPIJSKÉHO
ROKU 1976

ZOH
PŘED DVEŘMI

ZE ZAHRANIČNÍCH
ZKUŠENOSTÍ

NA PRVNÍ STRANĚ OBÁLKY LYŽAŘSKÝ RÁJ NA SKALNATĚM PLESE POD LOMNICKÝM ŠTÍTEM VE VYSOKÝCH TATRÁCH. — NA ZADNÍ STRANĚ OBÁLKY PŘÍPITEK ČS. REPREZENTANTEK BĚŽKYŇ V ZÁVĚRU ROKU NA ÚSPĚCHY ČS. LYŽOVÁNÍ V OLYMPIJSKÉ SEZÓNĚ. ZLEVA ALENA BARTOŠOVÁ, ANNA PASIAROVÁ, BLANKA PAULŮ A MIROSLAVA JAŠKOVSKÁ

lyžařství

Ročník 61

Číslo 12

Vydává Československý svaz tělesné výchovy v nakladatelství Olympia v Praze. Šéfredaktor tělových. časopisů Alfréd Janeček. Vedoucí redaktor časopisu Jaroslav Trousil. Řídí redakční rada: J. Trousil, předseda, Ing. P. Borský, K. Eidlpes, PhDr. F. Chovanec, J. Kotland, JUDr. O. Kulhánek, J. Leiss, J. Maršík, Z. Paulů, A. Pečenka, Z. Remsa a B. Tvrzník. Redakce: 115 88 Praha 1, Klimentská 1. Telefon čís. 86 5 51. Redakční uzávěrka: K 1. dni předchozího měsíce. Vychází jednou za měsíc. Vytiskla Stráž, tiskařské závody, n. p., Karlovy Vary. Rozšiřuje Poštovní novinová služba. Cena 3,— Kčs. Informace o předplatném podá a objednávky přijímá každá pošta i doručovatel. Objednávky do zahraničí vyřizuje PNS — ústřední expedice tisku, odd. vývoz tisku, Jindřišská 14, Praha 1. Uzávěrka tohoto čísla byla 1. listopadu 1975.

Číslo indexu ČUTI 48 813

V přípravě na ZOH

Zvýšení účinnosti politickovýchovné práce, stav přípravy na ZOH 1976 v Innsbrucku a úkoly pro další období byly hlavními body plenárního zasedání výboru svazu lyžování ÚV ČSTV 1. listopadu v Praze. Předseda VSL ÚV ČSTV a člen předsednictva ÚV ČSTV Karel Smola v úvodu zdůraznil stoupající význam a autoritu tělovýchovy, zejména po úspěchu Československé spartakiády 1975. Také lyžaři významnou měrou přispěli k tomuto úspěchu a zahajovali zimní část sportovních soutěží ČSS 75 mistrovstvím ČSSR v klasických disciplínách v Liberci, na které pak navazovaly boje o mistrovské tituly ve sjezdových disciplínách v Harrachově a v Rokytnici. Mezi nejmasovější spartakiádní soutěže patřilo plnění podmínek Spartakiádních vložek a také další spartakiádní soutěže byly úspěšné často i při špatných sněhových podmínkách.



Předseda politickovýchovné komise VSL ÚV ČSTV Ing. Ladislav Harvan hovořil o prohloubení politickovýchovné práce u reprezentačních družstev. Přispělo k tomu i ustavení svazáckých skupin u většiny reprezentačních kolektivů. Vedoucí činovníci skupin SSM úspěšně spolupracují s trenéry a celkem se jim daří řešit případné problémy. Tyto svazácké skupiny se zakládají i u juniorských družstev. Na tomto úseku čeká trenéry a vedení družstev ještě hodně práce, aby odstranili řadu nedostatků, využili působení všech prostředků politickovýchovné práce a dále zlepšili účinnost a kvalitu politickovýchovné práce. Při výcvikových táborech se osvědčila návštěva různých závodů, besedy s jejich zaměstnanci se vzájemnou výměnou zkušeností ze sportovní činnosti i úspěšného úsilí našich pracujících. Také besedy se školní mládeží se těší velké oblibě, reprezentanti čs. lyžování společně častěji navštěvují divadla a při pravidelných politických, hospodářských a dalších přednáškách si rozšiřují své znalosti a uvědomění. Tak jako stoupají nároky na sportovní výkony, je třeba zvýšit i náročnost na politickovýchovnou práci.

Ústřední trenér Zdeněk Remsa shrnul zkušenosti ze stavu přípravy na ZOH 1976 všech reprezentačních družstev. Vyzdvihl uspokojivý průběh letního přípravného období, uskutečnění všech plánovaných výcvikových táborů a mimořádnou podporu stranických a vládních orgánů, jakož i ÚV ČSTV. Podle jeho názoru jsou všechny předpoklady, aby čs. lyžaři v bojích o olympijské medaile úspěšně obstáli. Podrobné zhodnocení letního přípravného období čs. lyžařů přinášíme v článku ústředního trenéra Z. Remsy na str. 2 a 3.

Předseda organizační komise VSL ÚV ČSTV Jiří Pilař konstatoval, že byly splněny všechny úkoly stanovené na letošní rok. Připomenul, že však ne všichni členové reprezentačních družstev udrželi krok se světovou špičkou a některé výsledky neodpovídaly úspěchům čs. lyžařů na mistrovství světa 1974 ve Falunu. Zdůraznil, že rok 1976 je charakterizován řadou významných událostí: XV. sjezdem KSČ, 55. výročí založení KSČ a FDTJ a 50. výročí vzniku FPT. Také výbor svazu se chce na přípravě všech těchto akcí podílet. Lyžařské oddíly připravují závazkové hnutí k XV. sjezdu strany. Bude dále zvyšována angažovanost a aktivita lyžařských orgánů a pracovníků, prohloubena účinnost a řízení metodické a výzkumné práce při zvyšování úrovně výkonnosti, je třeba pokračovat ve zkvalitnění úrovně řídicí a organizační práce a vytvořit potřebné materiálně technické podmínky pro zajištění rozvoje čs. lyžování.

Usnesení plenárního zasedání ukládá všem lyžařským složkám a funkcionářům lyžařských oddílů aktivně se podílet na přípravách XV. sjezdu KSČ a vést členy lyžařských oddílů k zapojení se do socialistického soutěžení a závazkového hnutí na počest XV. sjezdu KSČ a k příkladnému plnění všech úkolů na svých pracovištích. V duchu provolání ÚV KSČ, vlády ČSSR, ÚRO a ÚV SSM vytvářet podmínky pro politickou a společenskou angažovanost členů lyžařských oddílů ve složkách NF a v lidospolečenských orgánech.

Výborům svazu lyžování ČÚV a SÚV ČSTV se ukládá, aby projednaly rozbor současného stavu politickovýchovné práce včetně konkrétního opatření. Má to být jeden z hlavních bodů výročních členských schůzí lyžařských oddílů a konferencí lyžařských svazů OV a KV ČSTV. Zvýšená pozornost bude věnována přípravě a průběhu lyžařských soutěží masového charakteru, které by se měly stát zdrojem dalšího rozšiřování členské základny v lyžařských oddílech. V čs. reprezentačních družstvech bude dále zvýšena účinnost politickovýchovné práce a aktivita skupin SSM a mimořádná pozornost bude věnována finální přípravě čs. reprezentantů na XII. ZOH 1976 v Innsbrucku a MEJ 1976 v klasických disciplínách v Liberci.

JAROSLAV TROUSIL

ÚSPĚŠNÝ PRŮBĚH LETNÍHO PŘÍPRAVNÉHO OBDOBÍ

Letošní letní přípravné období čs. lyžařů proběhlo u všech reprezentačních družstev bez závažnějších problémů. Výboru svazu lyžování ÚV ČSTV se podařilo zajistit všechny plánované výcvikové tábory doma a téměř všechny i v zahraničí.

U družstva běžců byly stanoveny na základě zhodnocení minulého přípravného období tréninkové úkoly, které se letos zvýšily ve srovnání s loňskem až o 15 %. V intenzitě zůstalo procento zhruba stejné. Došlo jen k většímu přesunu na speciální prostředky. Plán určil více nabíhaných kilometrů na sněhu v letních měsících a zvýšený tréninkový objem na kolečkových lyžích. Objemové ukazatele byly všemi členy olympijského týmu splněny, rovněž tak i úkoly kvalitativní. Z tréninkových prostředků nebyl splněn plán nabíhaných kilometrů na sněhu z toho důvodu, že se neuskuteč-

nil srpnový výcvikový tábor na ledovci v Monte Rosa v Itálii pro nevyhovující terény a byla dána přednost přípravě na kolečkových lyžích a tréninku ve vysokohorském prostředí Vysokých Tater.

V průběhu letního přípravného období byl zdravotní stav mužstva dobrý, pouze Fajstavr musel v červnu pro zánech šlach omezit trénink. Ukázala se úspěšná týmová spolupráce s pracovištěm Ústřední vojenské nemocnice dr. M. Jiráskem a výzkumnou skupinou vedenou doc. Choutkou, kteří se svorně podíleli na zajištění kvalitního a účelného tréninkového procesu v ce-

lém průběhu přípravného období. Družstvo běžců lze pochválit za příkladné plnění tréninkových úkolů. Dalším kladem letošního přípravného období podle slov trenérů zodpovědných za olympijskou přípravu je zlepšená strava ve výcvikových táborech (VT) a střediscích. V tréninku pomohl i lepší stav kolečkových lyží dovezením švédských lyží Moon. Stále se však projevuje problém výběru tréninkových prostor pro kolečkové lyže. Závodníci musí trénovat na silnicích za úplného provozu, což je nevhodné zejména z důvodů bezpečnostních. Družstvo běžců ve svých tréninkových úkolech si postavilo latku hodně vysoko a svou důsledností a pravidelností dané úkoly přípravného období splnilo.

Analýza modelu předolympijské přípravy družstva běžkyň ukázala některé rezervy, především v organizaci a metodice tréninku. V rámci možností se trenéři snažili aplikovat veškeré získané zkušenosti, ať již jakkoliv ovlivnily výkonnost družstva v tréninkovém procesu. Olympijské družstvo běžkyň absolvovalo všechny výcvikové tábory podle harmonogramu olympijské přípravy. V jednom případě došlo ke změně místa VT. Místo v Monte Rosa (Itálie) se uskutečnil v rakouském Dachsteinu. Kolektiv běžkyň splnil všechny tréninkové úkoly přípravného období, které mu určoval plán. Bartošová a Paulův překračovali



Letní příprava běžců v rakouském Dachsteinu probíhala za ideálních podmínek, neboť napadl čerstvý prachový sníh.

Na čem, v čem a s čím

Poslední vrcholné měření lyžařů-běžců na mistrovství světa 1974 ve Falunu bylo označováno za mistrovství revoluční. I dnes téměř po dvou letech musíme přiznat, že toto označení nebylo přehnané a to z několika pohledů. V prvé řadě to byla skutečnost, že v celkovém hodnocení nebyli nejúspěšnější Seveřané, ale lyžaři Sovětského svazu, NDR a ČSSR. Další skutečností podtrhující toto označení byl nástup lyží z umělých materiálů a uplatnění těchto materiálů i v dalších součástkách výstroje a výstroje.

Nyní před ZOH 1976 se naskytá otázka jak trvalé byly tyto změny? Vyčerpávající odpověď nám dají až vlastní soutěže v únoru v Seefeldu, ale již dnes si můžeme připomenout, co bylo pro potvrzení Falunu uděláno. Běžci NDR, SSSR, ČSSR, ale i Polska za poslední dva roky téměř zdvojnásobili přípravu, ale ani to nezaručuje, že pozice získané ve Falunu udrží. Příprava Seveřanů nemá v porovnání s jejich přípravou v dřívějších letech srovnání. Soutěže budou tedy mít mnohem vyšší úroveň a počet uchazečů o přední místa bude opět mnohem vyšší.

Otázky v případě materiálu jsou mnohem jednoznačnější. Lyže z umělých hmot vytlačily lyže dřevěné ze stop mezinárodních závodů brzo po Falunu. Dá se očekávat, že na ZOH

se bude běhat na ZOH

1976 již ani jeden závodník nebude startovat na „dřevěch“. Nyní již více než dvacítkou firem vyrábí lyže z umělých hmot. Některé firmy i pod několika značkami. V kvalitě těchto lyží bylo dosaženo značného pokroku. Prim hrají a zřejmě budou hrát i v Seefeldu kneisslovky a fischerky.

Hole prodělaly hlavní změnu až v loňské sezoně. Tuto změnu zapříčinila finská firma Exel a její hole z carbonového vlákna, vážící 35 kg. V Seefeldu budou již carbonové hole od firem Liljedahl, Moon a Exel v rukou většiny závodníků. Snaha o snížení váhy se nevyhnula ani botám. Váha

páru bot od některých výrobců se snižuje až o 50 kg. Zde drží krok i Botana Skuteč v podobě modelu pro Seefeld. Nejmenší změny nacházíme u vázání.

Ve výstrojních součástkách si zřejmě udrží pozice kombinézy z umělých elastických materiálů, pod které však přichází v úvahu speciální spodní prádlo (Lifa Super - Norsko aj.) s vynikající schopností tepelné izolace a odvádění potu.

Závěrem krátkého sdělení si řekněme na čem, v čem a s čím budou v Seefeldu na ZOH startovat čs. běžci.

Tak tedy:

na čem — na lyžích Fischer, Kneissl a Splitkein

v čem — v botách Botas, Adidas a Suveren

— v kombinézách Ódlo

s čím — s holemi Liljedahl, Moon a Exel.

A věříme, že hlavně s bojovným srdcem a trochou štěstí.

JAROSLAV HONCŮ
trenér čs. družstva běžců

plánovaný objem tréninku o 10 % na základě individuálního stavu trénovanosti. U ostatních členek družstva byl plán plněn v rozmezí 96–102 % v jednotlivých tréninkových prostředcích. Je dodržována plně i kvalita tréninkového procesu. Kladně lze hodnotit realizaci zajištění členek olympijského družstva ve střediscích vrcholového sportu: Bartošové ve Vrchlabí, Jaškovské, Jeriové, Pasiarové, Paulů a Sekajové v SVS RH Štrbské Pleso.

V průběhu přípravného období se ukázalo, že vysoké tréninkové zatížení v uplynulé sezóně nese svoje ovoce v kvalitnějším tréninkovém procesu v letošním přípravném období. Členky družstva snášejí lehčí tréninkové zatížení bez vážnějších zdravotních defektů a v dobré psychické pohodě. Provedené funkční laboratorní zkoušky i motorické testy ukázaly zlepšení jak ve srovnání se stejným obdobím v loňském roce, tak i se začátkem letošního přípravného období. Také zdravotní stav běžkyň proti předěšlým sezónám se podstatně zlepšil.

Příprava družstva běžkyň v letních měsících proběhla tedy plynule a v plném rozsahu a vytvořila tedy předpoklady pro splnění vytyčeného úkolu: dobrých výsledků na ZOH. Samozřejmě že splnění těchto úkolů je ještě závislé na optimálních podmínkách v závěrečné přípravě. To znamená plynulý a hlavně včasný přechod k tréninku na sněh.

Družstvo sruženářů uskutečnilo v přípravném období též všechny plánované VT. Pouze soustředění v rakouském Dachsteinu bylo přesunuto ze srpna na pozdější termín. V srpnu byl uskutečněn mimo plán 1 VT ve Vys. Tatrách s náplní tréninku na kolečkových lyžích, tréninku ve vysokohorském prostředí a na můstku s umělou hmotou v Tatranské Lomnici. Po zkušenostech z minulých přípravných období byla věnována větší pozornost skokanské přípravě. Tam byly v minulosti největší nedostatky a proto byl také k družstvu přidělen druhý trenér Josef Matouš, specialista na skok. Družstvo pracovalo více na nácviku techniky jednotlivých fází skoku, hlavně na přesném a účinném provádění odrazu. Byla zachována postupnost, to znamená, že trénink začínal na malých můstcích a postupně přecházel až na náš největší můstek s umělou hmotou do Frenštátu pod Radhoštěm. Tato příprava byla také zaměřena hlavně na skok a trenéři jsou přesvědčeni, že se výrazně projeví výsledky intenzivního rychlostně silového tréninku v posledním období přípravy. Sruženáři naskákali v letním přípravném období postupně větší počet skoků proti loňskému období — je to v průměru 300 skoků. Samozřejmě, že nebyla ani zanedbávána běžecská příprava. I v ní šly objemové hodnoty nahoru ve srovnání s minulým rokem. Tentokrát i sruženáři se připravovali v létě také na ledovci.

Zdravotní stav sruženářů nebyl již tak uspokojivý jako u družstev běžců a běžkyň. Zeman vysadil jeden týden v letní přípravě pro střešní infekci, Buchta měl drobné potíže v pohybovém aparátu v důsledku zvýšení objemu tréninku. V srpnu netrénoval deset dnů pro střešní chřipku. Nejvíce byl postižen Josef Pospíšil. V květnu netrénoval tři týdny po operaci krč-



Čs. reprezentační družstvo běžců na Dachsteinu u horské stanice lanovky v nadmořské výšce 2700 m

ních mandlí, v červenci měl blokádu bederní části páteře — byl léčen v Ústřední vojenské nemocnici v Praze a hospitalizován deset dnů v Třinci. Z těchto důvodů musel svou přípravu po šest týdnů značně omezit a teprve v závěru přípravného období mohl trénovat v plném rozsahu.

Funkční testy sruženářů prováděné v ÚVN u dr. Jiráska a motorické v Olomouci ukázaly též vzestupnou tendenci ve srovnání s loňskem. Byly však při nemocnosti členů poznamenány značnou absencí. V kontrolních testech připravenosti na standardních traťích v Liberci a Rožnově pod Radhoštěm byly výsledky podstatně lepší než v minulém roce. V objemu tréninku je Zeman v běžecké části značně nad plánem, ve skokanském mírně nad plánovanými ukazateli. Buchta je zhruba v obou disciplínách na úrovni plánu, ve skokanské části značně pod plánem.

Letní příprava skokanského družstva probíhala též nerušeně. Všechny plánované výcvikové tábory a kontrolní testy se uskutečnily v plném rozsahu. Objem tělesné přípravy se zvýšil proti minulému roku o 10 %, skokanské přípravy dokonce o 20 %. Značná pozornost v průběhu letního období byla věnována technické přípravě. Hlavní důraz byl kladen na nácvik dosko. Družstvo začalo s výcvikem na hmotě o měsíc dříve s tím, že dodržovalo přísnou postupnost. Začalo na malém můstku s normovým bodem 30 m a postupně s přibývajícím počtem skoků přecházelo na větší můstky. Tento systém se také projevil u většiny závodníků jako velice vhodný. Hlavně u mladších skokanů došlo k zlepšení dosko. Avšak i přes toto úsilí mají nadále problémy s touto fází starší závodníci Höhn a Kodejška, u kterého se naopak doskok poněkud zhoršil vlivem vleklého zranění kolena. Trenéři však předpokládají, že přechodem na sněh se tento nedostatek zlepšil.

Druhá část letního přípravného období byla zaměřena na nácvik odrazové fáze. Zde došlo k podstatnému zlepšení u všech závodníků. V průměru naskákali členové olympijského výběru v letošním přípravném období na hmotě o 100 skoků více proti

loňsku. Zvýšeným objemem ve fyzické přípravě vzrostla u většiny členů družstva silová a odrazová schopnost. Rychlost se zvedla jen mírně. K podstatnému zlepšení došlo u mladých skokanů, starší závodníci zůstávají na úrovni loňského roku, jen v některých ukazatelích je mírný vzestup. Tyto závěry byly zpracovány na základě výsledků motorických testů, kterým se skokani pravidelně podrobují ve výzkumném pracovišti Univerzity Palackého v Olomouci, kolektivu pracovníků vedeného dr. Novosadem. Tento tým se podílí ve spolupráci s trenéry družstva na stálém zdokonalování tréninkového procesu družstva skokanů. Trenéři hodnotí kladně přístup závodníků k tréninku, jejich aktivitu, ovšem konstatují také, že se vyskytly případy opatrnějšího přístupu k přípravě i závodům v obtížnějších povětrnostních podmínkách.

V průběhu přípravného období nedošlo v družstvu k vážnějšímu onemocnění. Jen Ivo Felix si přivodil výron v kotníku a měl sádrový obvaz dva týdny. U družstva skokanů lze tedy konstatovat, že po stránce tělesných vlastností jsou jeho členové dobře připraveni do nastávající sezóny, mají však určité disproporce v technice skoku. Bude nutné, aby i s těmito problémy se v předzávodním období vyrovnali. I u nich bude záležet na plynulém a včasném přechodu k tréninku na sněhu.

Po zhodnocení modelu přípravy k ZOH u družstva sjezdářů byly členěny organizační formy letní přípravy na: individuální trénink, trénink ve střediscích a oddělech, příprava ve VT reprezentačního družstva a účast v soutěžích. Stěžejní část přípravy však zůstala ve výcvikových táborech. Uskutečnily se čtyři VT v letním období v zahraničí na sněhu. Objem tréninkových prostředků na sněhu byl splněn v průměru na 84,8 %. Nesplnění bylo způsobeno zhoršenými podmínkami v posledním soustředění na Kaprunu. Pro špatné počasí se neuskutečnily jen dva tréninky na sněhu v celém přípravném období. Na sněhu trénovalo družstvo hlavně slalom a obří slalom a na VT v Zermattu asi 60 km sjezdu.

Pokud jde o koniční přípravu, splnilo družstvo plán téměř ve všech

ukazatelích, mimo oblasti metodiky sportů (atletika, horolezectví), protože nebyl splněn požadavek horolezeckých instruktorů na VT v Přhrázích. Byl volen náhradní trenink ve formě speciálního cvičení. Kontrolní testy, které předcházely každému VT, ukázaly podstatné zlepšení v úrovni jednotlivých tělesných vlastností družstva sjezdařů. Účast na společných akcích dosáhla téměř 84 %, z toho na sněhu téměř 87 %. Z členů olympijského družstva má největší průměrnou účast Jan Heczeko 98,5 %, Miloslav Sochor 93 % a Bohumír Zeman 74 %. Hlavním důvodem absence byla nemocnost.

První asistent trenéra Karel Hampel byl v průběhu letního přípravného období ve značných časových tísňích. Pracuje jako trenér TSM v Liberci a v této funkci má hodně povinností, takže se nemohl plně a soustředěně věnovat přípravě olympijského družstva. Celkově proběhla příprava družstva sjezdařů plynule a bez vážnějších problémů.

Olympijské družstvo sjezdařek postupovalo v přípravě přesně podle plánu. Celkem absolvovalo pět kondičních tréninků a čtyři výcvikové tábory v zahraničí na sněhu. Všechny VT byly dobře zajištěny. Objemový plán byl splněn v plném rozsahu. Značně byl překročen plánovaný počet slalomových branek na umělé hmotě. Rovněž tak při dobrých sněhových podmínkách a počasí byl splněn plán branek slalomu a obřího slalomu, zatím nebyl trénován sjezd.

Vcelku možno konstatovat, že fyzická připravenost družstva je velice dobrá. To ukazují i výsledky funkčních a motorických testů. U družstva převládá snaha odvést co nejpoctivější práci v tréninku. Zvláště dobře je v tomto směru hodnocena Dagmar Kuzmanová, která dokázala svým příkladem strhnout k maximální tréninkové práci celé družstvo. Zdravotní potíže v průběhu přípravy měla Anna Droppová, která se na jaře podrobila operaci kolena. Do tréninkového procesu se zapojovala postupně s vyloučením některých cvičení, hlavně posilovacích. Postupně tuto ztrátu vyrovnala a v závěru přípravného období trénovala v plném rozsahu. U Jany Šoltýsové bylo zaznamenáno velké zlepšení ve fyzické přípravě proti mi-

nulému roku, hlavně v síle a vytrvalosti. Dagmar Kuzmanová se zlepšila též ve všech ukazatelích. Na sněhu jezdila technicky poměrně již v tomto období dobře.

Důležitou součástí tréninkového procesu je politickovychovná práce. Téměř u všech družstev byly již založeny skupiny SSM, které plní funkci aktivistů v reprezentačních kolektivech. Politickovychovná práce se u všech družstev v posledním roce podstatně zlepšila. Jsou probírána témata, připravená politickovychovným oddělením ÚV ČSTV pro jednotlivé svazy. Samozřejmě, že je to jenom jedna z forem politickovychovné práce. Mimo to úspěšný průběh mají kulturně poznávací akce, návštěvy závodů v místech výcvikových táborů, aktuality

k vnitřním i mezinárodním událostem jakož i k významným výročím, denní aktuality ve formách přehledů tisku, uzavírání družeb atd. Uskutečnilo se mnoho besed ve školách, rekreačních střediscích a závodech. Vysoce byla hodnocena přednáška pracovníka ministerstva zahraničí s. Slostřonka o aktuálních otázkách evropské bezpečnosti a vnitropolitické situací v Rakousku, kterou přednesl již u několika družstev.

Výsledky tréninkové práce družstev v přípravném období jsou úspěšným úvodem pro další přípravu na sněhu i dobré výsledky čs. reprezentantů na XII. ZOH 1976 v Innsbrucku.

ZDENĚK REMSA
ústřední trenér VSL ÚV ČSTV

Statut Světového poháru ve sjezdových disciplínách

V Portillu v roce 1966 komise FIS založila novou soutěž ve sjezdovém sportu, pro kterou zvolila název Světový pohár ve sjezdových disciplínách (SP). O rok později v květnu 1967 převzala federace na základě usnesení kongresu v Bejrútu nad novou soutěží patronát. Členy řídicí komise se stali zástupci předsednictva FIS, delegáti sjezdové a slalomové komise a čtyři novináři.

V září 1968 uznala federace firmu Societé des Eaux d'Evian, která pro oba v mezidobí provedené ročníky soutěže věnovala poháry a medaile, za oficiální podporovatelku s právem na výhradní označení závodu „Alpský světový pohár — trofej Evian“. Ve stejné době uznala komise FIS pro SP americký časopis Ski Magazine za oficiálního podporovatele „Poháru národů“, soutěže vyhodnocované v rámci SP. Tak se zrodila a finančně zabezpečila dnes nejpobulárnější a z hlediska sportovního nejhodnotnější soutěž závodního sjezdového sportu na světě.

Kongres FIS 1975 v San Francisku zasadil v květnu letošního roku, tedy osm roků po Bejrútu, nový milník pro budoucí generace, které se budou chtít zabývat vývojem a historií me-

zinárodního sjezdového sportu. Byla přijata základní pravidla, jakýsi statut jak pro SP, tak pro Evropský pohár (EP). Tím byla vytvořena pevná, na několik let konsolidovaná základna pro všechny důležité mezinárodní sjezdové závody, pořádané v rámci SP nebo EP. Uvedená pohárová pravidla, tak jako všechna ostatní pravidla FIS, nyní spadají pod výhradní pravomoc kongresu. Mohou být měněna jen každý čtvrtý rok tzv. pravidlovým kongresem, kterému je vyhrazeno provádění změn všech základních pravidel federace.

Vlastní prováděcí předpisy o SP nespádají přirozeně do oblasti statutárních pravidel. Tyto předpisy budou nadále pro každou sezónu vydávány komisí pro SP a EP. V této souvislosti je nutno uvítat jednomyslné usnesení komise z května t. r., aby technické provedení pohárových soutěží v příštích dvou letech bylo stejné jako v uplynulé zimě, neboť loňský experiment, s výjimkou finálového paralelního závodu, skončil velice úspěšně. To se týká především v popředí zájmu lyžařské veřejnosti stojícího SP. Usnesení nepochybně velice příznivě ovlivní celou soutěž, zejména proto, že její struktura získá solidnější základnu. Bylo dosaženo dohody o kalendáři, o přidělování jednotlivých závodů pořadatelům, bylo nalezeno i lepší a spravedlivější řešení v otázce hrazení pobytových nákladů kvalifikovaných závodníků a závodnicím ze strany pořadatelů apod.

Podrobný program SP 1975—76 byl vyhlášen již v květnu letošního roku a v září zveřejněn také v Lyžařství. Proto jen zcela zásadně. Závody SP 1975—76 se jedou opět ve dvou časo-



Jiří Beran v plném tréninku na prašanu

vých etapách, pro muže končí první etapa 12. ledna v Adelbodenu, pro ženy 14.—15. ledna v les Gets. Muži mají celkem 23 hodnocení, 8 sjezdů, 6 slalomů, 6 obřích slalomů a 3 dvojboje, v Garmischu, ve Wengenu a v Kitzbühelu. Ženy mají celkem 26 hodnocení, 7 sjezdů, 8 slalomů, 8 obřích slalomů a 3 dvojboje, v Cortině, v Meiringenu/Haslibergu a Bad Gasteinu. Mužům bude počítáno v první etapě 8 výsledků ze 4 závodů, včetně 2 dvojbojů, v druhé etapě 6 výsledků z 11 závodů, včetně dvojboje ale mimo finálový paralelní závod.

Kvalifikace pro účast na závodech SP zůstává nezměněna pro muže max. 30 FIS bodů, pro ženy max 50 FIS bodů. Výjimky z tohoto pravidla z loňského roku platí i pro příští dvě léta. Pokus některých členů komise o snížení kvalifikačních limitů komise zmařila velkou většinou 10:5 hlasům.

Obecně se uznává, že hodnocení individuálních disciplín by se mělo dostat většího uznání. Poprvé budou rozdělovány medaile i za špičkové umístění v dvojboji a v paralelním závodě.

S ohledem na špatné zkušenosti s paralelním slalodem jako finálovým závodem SP 1975 v Gröden, bylo velkým překvapením, když se převážná většina členů FIS komise pro SP (11:4), po dlouhých a vášnivých dis-

kusích, vyslovila pro zachování paralelního slalomu jako finálového závodu SP i pro rok 1976. Je ovšem třeba, aby pro tento závod a pro celé finále byla vypracována nová pravidla, která by znemožňovala taktizování a nesportovní manévrování vedoucích jednotlivých družstev. V Gröden, jak známo, bylo 40 tisíc diváků svědky nevkusných praktik. Vypukla bouře nevole, která postupně nabyla charakter davového protestu. Musela zakročovat policie, aby závod mohl být dokončen. Takové příhody velice nepříznivě ovlivní závod, zejména jeho sportovní hodnotu. Rozhodnutí komise ve prospěch paralelního závodu mělo i filozofické pozadí — nebylo by totiž správné, odmítat nově se rodící sjezdovou disciplínu jen proto, že několik málo jedinců porušilo pravidla hry. Vypracováním nových pravidel pro finále SP 1976, které bude vybojováno v Quebecu (17.—18. března ženy a 20.—21. března muži), byla pověřena zvláštní pracovní skupina pod vedením Honoré Bonneta. Pravidla byla již zpracována, ale v době, kdy tento článek byl předán do tisku, dosud nebyla oficiálně publikována. Všeobecně se předpokládá, že výsledků z paralelního slalomu bude v zásadě použito při vyhodnocování Poháru národů. Závod pojedou závod-

níci a závodnice, umístění do 32. místa v celkovém hodnocení SP. Kromě toho, budou-li po posledním závodě SP, tedy před finálovým paralelním závodem, dva nebo více závodníků resp. závodnic na prvních místech celkové klasifikace SP v rozmezí do 10 bodů (v Gröden nastoupili na start finálového paralelního slalomu 3 závodníci se stejným počtem 240 bodů v celkové klasifikaci SP) pojedou tyto závodníci resp. závodnice zvláštní paralelní slalom, jehož vítěz se stane vítězem SP.

SP 1976 se tedy pojele s výjimkou finále za stejných podmínek jako v roce minulém. V platnosti zůstává bodovací systém, rozdělení a vyhodnocování soutěže ve dvou časových etapách, zachováno zůstalo vyhodnocení 3 dvojbojů, muži pojedou více sjezdů nežli slalomů nebo obřích slalomů. Paralelní závod se pojedou jako závod finálový i když s jiným zaměřením nežli v uplynulé sezóně. Jde o vzácnou názorovou jednotu mezi předsedou komise pro alpské lyžování Honoré Bonnetem a předsedou komise pro SP Serge Langem. Přednost dostává opět všestranné sjezdování proti extrémní specializaci a také paralelnímu závodě se má dostat nového stimulu.

Dr. OTTO KULHÁNEK

ZPOVĚĎ

Československé reprezentační družstvo běžkyň zakončilo přípravné období výcvikovým táborem koncem října v Novém Městě na Moravě. Ideálně položený a pěkně zařízený hotel Ski se stal již poněkolkáté střediskem přípravy nejlepších čs. lyžařek v běžeckých disciplínách. Možnost dobrého tréninku se zde zlepšila ještě vybudováním 1100 m dlouhé asfaltové dráhy, která je první vyhrazenou pro tento účel v ČSSR. Čs. reprezentantky ji denně využívaly a kromě toho si ještě vyjížděly na okolní asfaltové silnice, kde nebývá větší dopravní ruch. Deštivé nepříznivé počasí značně ztěžovalo přípravu a lyžařky se z ní často vracely se zabahněnými teplákovými úbory jako rozmoklé rusalky.

„Jsou tu na nás velmi hodní a ani si nestěžují, že jim nanese do hotelu bláto,“ při rozhovoru sdělovala kapitánka družstva Alena Bartošová. „Litují nás, že se často vracíme z tréninku úplně promoklé. Příprava je tvrdá a náročná, ale nedá se z ní nic slevit, chceme-li na ZOH v Innsbrucku čestně obstát. V Novém Městě na Moravě se snaží nám vyjít ve všech směrech vstříc a mají zásluhu na tom, že i zvýšené tréninkové dávky dobře snášíme. Naše reprezentační družstvo je výborným kolektivem a někdy se i trochu dívím, že si dovedeme vzájemně tak vyhovět. Mladší členky úspěšně zapadly do reprezentačního týmu.

Pro přípravu jsme měly dosud nejlepší podmínky a za důležité pokládám, že jsme dvakrát také trénovaly na vysokohorském letním sněhu. Stejných příležitostí ovšem využívají i ostatní lyžařky, patřící do světové špičky. Při obou výcvikových táborech v Dachsteinu jsme se setkaly s finskými běžkyňkami. Rovněž tvrdě se připravují na boje o olympijské medaile, jak nám to potvrdila jejich nejúspěšnější závodnice Kajosmaaová. Již se těšíme na pár dní domů a potom na první kvalitní sněh za polární kruh

ve švédské Kiruně. Věříme, že tentokrát tam budou v listopadu lepší podmínky než loni, kdy se výcvikový tábor neuskutečnil pro nedostatek sněhu, a že si zaběháme na kvalitním prašanu.“

Akademická mistryně světa a československá běžecká jeanička Blanka Paulů si stěžovala v závěru soustředění na bolesti v kolenou. „Hrozně se trápím, abych na kolečkových lyžích i v terénu splnila tréninkové dávky,“ řekla B. Paulů. „Celá příprava je kvalitnější při srovnání s loňskem. Nebude velký rozdíl v počtu kilometrů, ale běhá se a jezdí na kolečkových lyžích rychleji. Je to velké zatížení na pohybový aparát, proto se tak ozývají má kolena. Na sněhu to bude rozhodně lepší.“

Bartošové a Paulů

Na otázku co očekává od ZOH v Innsbrucku B. Paulů odpověděla:

„Vytkly jsme si za cíl vybojovat dvě medaile a rády bychom ho splnily. Jednu bych chtěla získat sama a druhou ve štafetu. Domnívám se, že mám lepší vyhlídky v běhu na 10 km než v pětce. Ve štafetu očekávám vítězství sovětských reprezentantek a po nich mají asi nejlepší vyhlídky finské lyžařky. Zdá se, že o dalších držitelkách olympijských medailí ve štafetu se rozhodne mezi reprezentantkami NDR a námi. Překvapit však mohou Švédky, o jejichž přípravě celkem nic nevíme. Bude to rozhodně těžší závod než ve Falunu. Podle mého názoru světovou špičku tvoří asi deset lyžařek, které mají šance na dobytí olympijských medailí. Jsou mezi nimi všechny čtyři sovětské reprezentantky. Očekávám, že nějakou si i tentokrát odveze Galina Kulakovová. Zatím naše příprava měla úspěšný průběh a bude důležité, abychom také její závěr dobře psychicky zvládly.“

Několik zážitků sdruženářů z Makarské

Makarská na břehu Jaderského moře, vzdálená asi 70 km jižně od Splitu a patřící mezi známá jugoslávská střediska turistického ruchu, byla střediskem výcvikového tábora čs. sdruženářů a běžkyň 8.—20. září. Teplé počasí a plavání v moři mělo za cíl zlepšit zdravotní stav členů olympijských týmů, především odstranit drobná svalová zranění, zlepšit funkci dýchacího ústrojí a změnou tréninkového prostředí přispět i k psychickému o. počinku před náročnou druhou částí přípravného období.

Ze sdruženářů se VT zúčastnili Stanislav Buchta, Josef Pospíšil a František Zeman s trenérem Josefem Kutheilem. Ubytování ve sportovním středisku s hřištěm na kopanou, házenou, odbíjenou a košíkovou, lehkootletickou dráhou a tenisovými dvorci bylo velmi pěkné. Skokanský trénink, zaměřený na získání dynamické síly, rychlosti a obratnosti, probíhal v těchto zařízeních. Běžecovou přípravu jsme absolvovali na nově budované silnici Makarská—Kozica na kolečkových lyžích, dále asi na tříkilometrovém okruhu na pobřeží probíhal terénní běh a nejnáročnější a neintenzivnější byl terénní běh na vrchol Vošac (1420 m) v pohorí Biokovo.

Vyvrcholením třídních tréninkových cyklů byl vždy měřený trénink



Stanislav Buchta, František Zeman a Josef Pospíšil při tréninku na kolečkových lyžích v Makarské

na vrchol Vošace, při čemž převýšení 1420 m zdolávali sdruženáři na kamenné sjezce dlouhé asi 7 km. Byla to prověrka fyzické připravenosti nejen závodníků, ale i trenéra, který se již v 5.15 hod. vydával na vrchol hory, neboť o hodinu později ješiš za poměrného chládku lékař výpravy nebo trenér běžkyň ostartoval sruženáře. Tento test absolvovali členové olympijského družstva čtyřikrát, nejrychlejší byl Zeman, který absolvoval trať za 1:00:35 hod.

Stežka na vrchol Vošace je lemována pomníčky, které postavili k uctění památky svých spolubojovníků ti, kteří zde přežili partyzánské boje s německými fašistickými okupanty. Útrapy z namáhavého výstupu vynahradí

krásný pohled z vrcholu Vošace. Makarská je jako na dlani a dobře viditelné jsou ostrovy Hvar a Brač. Občasně Makarské stále vzpomínají oběti druhé světové války. Ve sportovním středisku před ubytovnou stojí pomník, jehož dominantou je míč s vyrytými jmény vynikajících jugoslávských fotbalistů, kteří padli nebo byli okupanty za druhé světové války umučeni.

Trénink na kolečkových lyžích, přestože probíhal na méně frekventované silnici mimo město, byl sledován zvědavými návštěvníky Makarské. Neměli jsme vážnější potíže s automobilisty, přestože v některých úsecích ve sjezdech byla rychlost 60 km/hod. Pouze dva dny před odjezdem jsme byli zastaveni milicí, která nám resolutně nařídila trénink ukončit a vrátit se pěšky do ubytovny. Po urgenci ve oúchlo sportovního střediska na místním velitelství milice bylo zase vše v pořádku, mohli jsme dále trénovat a splnit plánovaný tréninkový program.

V průběhu dvanáctidenní přípravy sdruženáři naježdili 200—230 km na kolečkových lyžích, naběhali v terénu 80—110 km a z tréninkových jednotek celkem 14 hodin bylo věnováno skokanské přípravě (speciální posilování, trénink rychlosti, dynamické síly a napodobivá cvičení pro skok). V neděli 21. září jsme se rozloučili s teplým jižním sluncem a mořem s vědomím, že úkoly této části přípravy byly splněny a další nás čekají. Bude třeba tělesné vlastnosti získané tréninkem umět realizovat při výkonu ve skoku i v běhu a tím vytvořit nezbytný předpoklad pro dobrou výkonnost ve sdruženém závodě.

JOSEF KUTHEIL

Plénium VSL ČÚV ČSTV

Na 5. plenárním zasedání výboru svazu lyžování ČÚV ČSTV 11. října ve Slovanském domě v Praze předseda ing. Miloš Fiala zhodnotil činnost od 4. pléna, podal zprávu o přijatých opatřeních k závěrům plenárního zasedání ČÚV ČSTV a aktivizaci českých lyžařů k XV. sjezdu KSČ. Sedmáct tréninkových středisek mládeže v českých krajích a sportovní třídy lyžování ZDS pomáhají k dobré péči o talentovanou mládež. Hlavní úkoly předsednictva VSL pro nejbližší období je věnovat maximální pozornost masovému lyžování, systematicky sledovat zajištění výročních schůzí lyžařských oddílů, okresních a krajských konferencí výborů svazu lyžování, vyvolat jednání vrcholných tělovýchovných orgánů se zástupci výroby a distribuce k odstranění nedostatku běžecových lyží, kvalitních běžecových holí a vosků a zvýšenou pozornost věnovat činnosti komise výstavby s ohledem na naléhavou potřebu výstavby dalších lyžařských zařízení a ubytovacích kapacit.

Bylo uloženo výborům krajských (městských) a okresních svazů lyžování pokračovat ve vytváření podmínek pro rozvoj masového lyžování a jeho objem zvětšovat prostřednictvím soutěže o získání stříbrného a zlatého odznaku „Lyžař ČSR“. Vyškolit další mladé rozhodčí III. třídy k doplnění stávajícího stavu, využít předvolební a volební kampaně k uzavírání hodnotných závazků k XV. sjezdu KSČ a k zapojení do socialistické soutěže o čestný titul „Vzorný“.

Do pléna byl kooptován Čeněk Menšík, který bude zastávat funkci místopředsedy. Zasedání se zúčastnil také místopředseda ÚV ČSTV Drahoslav Břehovský, který odevzdal Karlu Šebkovi veřejné uznání za zásluhy o rozvoj čs. tělovýchovy II. stupně, Ireně Hosmanové III. stupně, Antonínu Husákovi pamětní medaili za zásluhy o Československou spartakiádu 1975 a dalším osmi pracovníkům diplomů za zásluhy o ČSS 75. Předsednictvo VSL ČÚV ČSTV na plenárním zasedání zastupoval Jiří Pilař.

Fotografie na titulní straně obálky ing. Ladislav Deneš, na druhé, třetí a zadní straně obálky Jaroslav Trousil.

Fotografie uvnitř měsíčníku Jaroslav Honců, Josef Kutheil, Jiří Lustyk, Josef Stránský a Jaroslav Trousil.

Čerpáme ze zahraniční literatury

Navazujeme tímto příspěvkem na úvodní část, kterou jsme přinesli v listopadovém čísle našeho měsíčníku. Tlumochili jsme vám názory kolektivní autorů 6. dílu Skilehrplanu na techniku, taktiku a styl a vybrali jsme stať zabývající se problematikou postoje při sjíždění.

V tomto čísle přinášíme překlad z dalších zajímavých kapitol německého učebního plánu, zabývající se problematikou i u nás velmi živě diskutovanou — technikou zatáčení. Nejprve fáze oblouku, v dalším pokračování potom po robněji k vlastní technice jízdy.

K TECHNICE ZATÁČENÍ

V závojním lyžování se vyskytují oblouky o značně různých poloměrech, které jsou projížďeny nejrůznějšími rychlostmi. I při této mnohoznačnosti a při použití různých technik je možno dojít k jistým zákonitostem. U každého oblouku rozeznáváme totiž přípravnou fázi, nasazení oblouku a jeho vedení.

PŘÍPRAVA OBLOUKU

Oblouk zpravidla začíná zahraněním na konci předcházejícího oblouku. Konec tohoto oblouku je tedy přípravnou fází oblouku nového.

Stupeň zahranění závisí na druhu oblouku, na terénu, druhu sněhu, rychlosti a sledu dalších oblouků. Na konci oblouku zastavíme smyk lyží stranou krátkým a silným zahraněním. Zahranění se provede rychlým snížením, které je spojeno s pohybem kolen vpřed a dovnitř oblouku. Toto snížení není nijak pohybově náročné, je to spíše pasivní poklesnutí kolen, které je v závěru zastaveno silou svalů. Tím vznikne žádané zahranění. Při krátkých obloucích na tvrdém sněhu dojde k silnějšímu zahranění intenzivnějším vykonáváním zmíněných pohybů. Čím měkčí sníh a pomalejší frekvence oblouků, tím menší intenzitou vykonáváme uvedené pohyby.

Tento velmi důležitý pohyb na konci oblouku je u dobrých jezdců sotva opticky postřehnutelný. Přesto je však nezbytný pro správné nasazování oblouků zvláště na zledovatělém slalomovém svahu.

Svalové napětí, které je vytvářeno v dolních končetinách při ukončení pasivního poklesnutí kolen, je předpokladem pro nasazení oblouku (uvolnění svalů).

NASAZENÍ OBLOUKU

Při zahranění dochází k zapíchnutí hole. Hůl se zapichuje před vázání, ne příliš blízko k lyži, s paží lehce otevřenou, šikmo ke směru jízdy. Svalstvo paže a ramene je napnuto tak, aby zapíchnutím hole došlo k opoře těla a aby byl na tělo přenášán točivý moment. Je třeba mít na zřeteli, aby pohyby paží nebránily správnému postoji, který má umožňovat dokonale reakci na vnější impulsy.

Samotné zapíchnutí hole závisí na poloměru oblouku, na rychlosti jízdy i na individuálním stylu. V okamžiku zapíchnutí se uvolní napětí svalstva dolních končetin, způsobené zahraněním. Toto uvolnění je vedle točivého momentu provázeno i odlehčením lyží. Lyže se začnou otáčet špičkami dolů.

Tento pohyb při nasazení oblouku je doprovázen dalšími pomocnými pohyby jako je rotace, protinatování, přestoupení a otáčení nohou. Dojde-li k aktivnímu odhranění, proklouznou lyže pod tělem a hovoříme o jet-efektu. Těžiště těla přitom opisuje kratší dráhu než lyže. Zapíchnutí hole zde přitom působí jako opora.

Vedle aktivního odlehčení snížením může dojít na boulicích či zlomech i k pasivnímu odlehčení lyží. Účinek tohoto odlehčení může být zvýšen přisednutím (zdvižením stehem).

V závodní technice má ale i odlehčení zvýšením svůj význam. Je nutno pamatovat na to, že při pohybu vzhůru nesmí dojít k úplnému vztyčení a narovnání těla.

Důležité jsou i všechny formy techniky s přestupováním. Přestupování se užívá ke zvýšení rychlosti a k získání výšky. Nejznámější formou je přestoupení vzhůru s odvrátným postavením vyšší lyže.

Další formou otáčení je zrychlovaný oblouk s přestoupením na vyšší lyži („Scherschwung“) a extrémní způsob tohoto oblouku, známý jako „Klammerschwung“. Tohoto posledně jmenovaného oblouku se užívá v praxi zřídka, bývá to obvykle nedobrovolně v takových případech, kdy se snažíme zabránit pádu.

Závodníci často používají oblouku, který svým provedením leží mezi přestoupením vzhůru a zrychlovaným obloukem („Scherschwung“).

Sjezdař se někdy snaží přestoupením na vnitřní lyži (oblouk z přestoupení na vyšší lyži s odvrátným postavením nižší lyže) zkrátit dráhu oblouku.

Vedle těchto forem přestoupení existuje ještě přestoupení z paralelního postavení lyží.

Další způsob, kterého užívá zvláště špičkový jezdec Gustavo Thöni, je tzv. „překračování“. Je to vlastně přestoupení se zrychlujícím odrazem. Při špatném provedení může být tato forma oblouku srovnávána s přivrátou křivkami. Se zahraněním dochází k zapíchnutí hole, která tvoří oporu. Vyšší lyže se vytočí patkou poněkud vzhůru. Po o razu z nižší lyže spočívá váha na vnitřní hraně vytočené vnější (vyšší) lyže. V tomto okamžiku musí být již nižší lyže odlehčena a přisune se paralelně k vnější lyži. Opora o hůl končí. Výměna nižší lyže za vyšší probíhá tak, že obě lyže nemají současný kontakt se sněhem. Jinak by totiž vnikl brzdící účinek vlivem přivrátého postavení lyží.

na POMOC trenérům A cvičitelům

Toto překračování má velkou výhodu v tom, že se získáním výšky dochází současně ke změně hranění. Jde o velmi racionální formu techniky oblouků přestoupením, neboť s nasazením oblouku je již spojena částečná změna směru. Při této změně směru nedochází prakticky k překonávání třecího odporu sněhu při smyku lyží.

VEDENÍ OBLOUKU

Při vedení oblouku se snaží lyžař pomocí vyrovnávacích pohybů (váha na vnitřní lyži, váha na vnější lyži, předklon, záklon, otáčení nohou, změna vzájemného sklonu osy boků a ramen) využít vnějších točivých momentů pro změnu směru. Při vedení oblouku hrají nejdůležitější úlohu různé možnosti při zatěžování lyží:

Lyžař může zatížit obě lyže stejnoměrně, přičemž se zvláště na měkkém sněhu dosáhne dobrého skluzu. Při řezaném oblouku je nutné zatížení vnější lyže. V pozdější fázi vedení oblouku je možno zatížit i vnitřní lyži, zvláště ve slalomu a při obloucích s přestoupením vzhůru (s odvrátným postavením vyšší lyže). Zatížení vnitřní lyže je vždy spojeno s rizikem zařiznutí.

Tímto byly popsány nejpoužívanější technické možnosti zatáčení. Spojení různých způsobů zatáčení a jejich individuální provedení závisí na okamžité situaci při závodě.

PAVEL BARTOVSKÝ a JAN MARŠÍK

K tréninku mladých sdruženářů

Při semináři trenérů závodu sdruženého ve Frenštátě p. Radh. ve dnech 3.—5. října se živě diskutovalo na téma „trénink mládeže v závodě sdruženém“ se zaměřením na běžeckou přípravu. Diskuse ukázala, že trénink v jednotlivých sdruženářských střediscích se co do objemu běžecké přípravy od sebe značně liší, a že ne všude se trénuje na dostatečně objemové úrovni. Důvody jsou různé — buď nevyhovující tréninkové podmínky (dojíždění do školy mimo místo bydliště) nebo i neznalost trenérů a závodníků současné úrovně tréninku u nás i v zahraničí.

V současné době se nám dostal do rukou norský tréninkový systém pro žáky a dorostence ve věku 12—16 let v zá-

vodě sdruženém, který byl přeložen dr. K. Daňkem a jehož uveřejnění by mělo pomoci našim trenérům mládeže vytvořit si představu o tréninku v zemi s bohatou sáruženářskou tradicí. V úvodu je ještě třeba uvést, že tento materiál je asi 5 let starý a lze předpokládat, že současné tréninkové objemy jsou ještě vyšší.

Je samozřejmé, že v tréninkovém plánu pro žáky a dorostence nemohou být uvedeny přesné tréninkové dávky, délky trvání jednotlivých tréninků apod., které by byly vhodné pro všechny. V tomto věku se chlapci vyvíjejí velmi individuálně. Záleží na každém trenérovi, aby také individuálně přizpůsobil dávky každému závodníkovi.

Tréninkový plán je založen na systému, který používají naši vrcholní závodníci. Klademe důraz na to, abychom vyvíjeli pružnost a rychlost současně se silou a vytrvalostí. Trénink obratnosti, síly, pružnosti a rychlosti má být používán po celé tréninkové období do příchodu sněhu. Opakujeme, že udané zátěže jsou pouhými příklady či podněty a záleží na každém jednotlivci, aby používal nejprve hlavu než použije nohy. Raději volíme menší intenzitu zatížení s častějším opakováním, při zachování celkového vysokého objemu.

Roční plán je rozdělen na plány měsíční a týdenní.

MĚSÍČNÍ PLÁNY

BŘEZEN — DUBEN

Po absolvování posledních závodů se snažíme o udržení kondice účastí na přespolních bězích, míčovými hrami atd. Celou dobu zařazujeme trénink obratnosti, síly, pružnosti a rychlosti (dále OSPR).

ČERVEN — ČERVENEC

Znovu začínáme s plánovitou prací navzdory tomu, že máme prázdniny. Kondiční běhy trvají 2 až 2 a půl hodiny mírnou intenzitou — tepová frekvence okolo 120 tepů/min. Vyvíjet přílišné úsilí již nyní má za následek příliš brzký nárůst formy.

TÝDENNÍ CYKLUS

Ne kondiční běh 2:30 hod.
 Út OSPR (obratnost, síla, pružnost, rychlost)
 Čt kondiční běh 2:30 hod.
 Pá OSPR

SRPEN — ZÁŘÍ — ŘÍJEN

V těchto měsících postupně zvyšujeme rychlost běhu. Zde je malé varování: nezvyšuj rychlost přespříliš v první části tohoto tréninkového období (srpen, září). „Zabrat příliš naplno“ ještě před tím, než je tělesná zdatnost na odpovídající výši, by mělo za následek omezení nebo i přerušení dalšího tréninku.

TÝDENNÍ CYKLUS SRPEN

Po OSPR
 Út kondiční běh 2 — 2:30 hod.
 Čt OSPR
 Pá Kondiční běh 2 — 2:30 hod.
 So OSPR
 Ne Kondiční běh 2 — 2:30 hod.

TÝDENNÍ CYKLUS ZÁŘÍ

Po OSPR
 Út Kondiční běh ¾ hod., tep 150
 Čt OSPR
 Pá Kondiční běh ¾ hod., tep 150
 So OSPR
 Ne Kondiční běh 2 — 2:30 hod., tep 130

TÝDENNÍ CYKLUS ŘÍJEN

Po OSPR
 Út Kondiční běh ¾ hod., tep 180
 St Rychlostní hra ¾ hod., úseky 70—200 m, 90% intenzitou, tep 180
 Čt OSPR
 Pá Rychlostní hra ¾ hod., úseky 70—200 m, 90% intenzitou, tep 180
 So OSPR
 Ne Kondiční běh 1½ hod., tep 120

Kondiční běhy je nutno provádět střídavou metodou. Trénuj používání holí v terénu.

Jakmile napadne sníh, provádíme další trénink na lyžích. Cílem je v prvé řadě získat pocit sněhu. Běh proto umísťujeme do otevřeného, lehkého terénu. V prvních 10 dnech se vyhýbáme stoupání a příliš členitému terénu. Jak postupem doby sledujeme, že se rovnováha a koordinace zlepšuje, můžeme do tréninku vkládat náročnější úseky — krátká stoupání, odšlapy atd.

Poté je čas začít s tréninkem skoku. Hlavním cílem je důkladné osvojení skoků na malých, méně náročných můstcích, které ti poskytnou radost ze skoku a vědomí jistoty. Když je tato část tréninku zvládnuta, vyhledáme větší můstky, kde nároky na rychlost, odraz, let i dopad se zvyšují. Trénujeme v kolektivu, abychom se vzájemně mohli upozorňovat na nedostatky.

Při každém skoku se musíme na výkon plně soustředit. Skákat dlouho dokud síly stačí se nedoporučuje. Pro závodníka v závodě sdruženém je nejlepším pravidlem střídání skoků a běh obden.

Blížíme se teď době závodů a proto musíme přeložit trénink běhu do náročnějšího terénu. Nedopustíme však, aby běžecký trénink přerostl v tomto období přes trénink skoku. Nemáme-li příležitost trénovat během týdne na větších můstcích nebo na takových, kde bychom byli závislí na denním světle, trénujeme na můstcích s umělým osvětlením, i když jsou menší velikosti. Nedělit však musíme cele věnovat velkému můstku. Je snazší dohonit to, co se zamešká v běhu, než to, co by se zameškalo na můstku.

TÝDENNÍ CYKLY V LISTOPADU A PROSINCI NA SNĚHU

První týden: denně pomalý běh na lyžích
 Další týdny do začátku závodní sezóny:

Po Střídavý běh 30 min., vysoká intenzita, tep až 180
 Út Trénink skoku
 St Intervalový trénink ¾ hod., tep 140—180
 Čt Trénink skoku
 Pá Intervalový trénink ¾ hod., tep 140—180
 So Rovnoměrný běh 8—10 km, tep 120—140
 Ne Dopoledne trénink skoku, odpoledne výlet na běžkách.

V těchto týdnech se zvyšuje intenzita každého tréninkového dne stupňovitě až k závodnímu období, tak bychom v plánu získali každý týden určitý postup. Snažíme se absolvovat co nejvíc tréninkových závodů než začne vlastní závodní sezóna.

Tolik norský příklad. Porovnáme-li ho s naší praxí, zjistíme, že v používání tréninkových prostředků nejsou rozdíly. Pozoruhodné hodnoty však dostaneme po dosažení kilometráže do časových údajů. Norští dorostenci nabíhají za přípravné období duben—říjen na suchu cca 900 km.

S těmito údaji jsou srovnatelné i objemové ukazatele některých našich mládežnických středisek — např. Rožnov, RH Štrbské Pleso (díky kolečkovým lyžím jsou i vyšší). Přesto se stále ještě setkáváme s tím, že např. junioři nastupující základní vojenskou službu v ASVS Liberec, mají za přípravné období naběháno od 200 do 600 km.

Tato informace o tréninku mládeže v Norsku by měla být podnětem k diskusí o současném stavu a doufejme, že přispěje k zlepšení situace v této oblasti.

JIRÍ LUKEŠ, metodik ÚZS

K určování intenzity tréninku lyžařů-běžců

Vývoj vytrvalostního tréninku dospěl v posledních letech do stadia, kdy byl položen důraz na používání celistvé tréninkové metody a etapu intervalového tréninku vystřídal tréninkový systém Artura Lydiarda. Avšak i tento systém je smíšenou metodou v níž některé speciální běžecké vlastnosti jsou rozvíjeny přerušovanou metodou, jiné metodou celistvou. U obou těchto metod, jimiž rozvíjíme vytrvalostní schopnosti, nutno volit určitou intenzitu tréninkové zátěže, aby byl trénink racionální.

V praxi je možno použít určení stupně úsilí, vyjádřeného v procentech. Při tréninku lyžařů-běžců se tohoto způsobu používá velmi často. Trenér určí závodníkovi, aby

některou část tréninku absolvoval např. úsilím 60 %, nebo 85 % apod. V tomto případě záleží na subjektivních názorech trénujícího, jaké tempo si pod uvedeným procentem představuje. Tyto představy nemusí být vždy zcela správné a intenzita prováděného tréninku může být navíc pozměněna momentálními subjektivními pocity nebo emoční náplní, se kterou závodník ke tréninku přistupuje. To vše může mít za následek, že záměr trenéra se nepodaří správně realizovat. Výhodnější postup je proto ten, když si trenér, který chce použít při tréninku určitého stupně úsilí, vypočítá pro závodníka tréninkovou rychlost vzhledem k nejlepšímu času zjištěnému pro daný úsek při kontrolním měření. Obecný vzorec je:

$$\text{úsilí} = \left(\frac{\text{nejlepší čas}}{\text{dosažený čas}} \right)^n \cdot 100$$

Vzorec vyplývá ze zjištění, že výdej energie v čase a tudíž i úsilí se zvětšuje s rostoucí intenzitou, a to s n-tou mocninou rychlosti. Pro atletický běh je $n = 3$. Tak lze např. ze vzorce vypočítat, že běžec, který dosáhne nejlepšího času na 1500 m 4:00 min., by při běhu rychlostí 4:12 min., tj. 4,2 min., běžel s úsilím 86,4 % (Vinařický R.: Příspěvek k hodnocení spotřeby kyslíku při činnosti a zotavení — přepočítá naměřených hodnot na hodnoty při maximálním úsilí a na jiné hodnoty. Teor. Praxe těl. vých., 22, 1974, č. 7, s. 429—434). Pro lyžařský běh platí, že číslo $n = 1,3$. Vztah mezi rychlostí a výdejem energie je tedy téměř lineární. Je to v souladu se skutečností, že rychlost běhu při závodě na 15 km není o mnoho větší než při závodě na 30 km, nebo dokonce na 50 km. Ve výpočtu se neudělá chyba, když se bere $n = 1$, tedy úsilí v procentech by byl poměr mezi výkonem a výkonností. Stačí tedy čas nejlepšího výkonu na dané trati dělit dosaženým časem a násobit stem. Je třeba však srovnávat při pokud možno stejných sklzových podmínkách sněhu a na stejném profilu tratě.

Jiný způsob určování intenzity tréninku je podle tepové frekvence. Mezi hodnotami tepové frekvence 120 až 170 za min., měřené v setrvalém stavu, nebo při několika vteřinách ihned po skončení takové zátěže, je lineární závislost na velikosti zatížení. Proto může být tepová frekvence ukazatelem intenzity prováděného výkonu (Israel S., Kuppardt H., Gottschalk K.: Die submaximale Herzfrequenz als leistungsdiagnostische Kenngröße. Medizin u. Sport, 14, 1974, č. 10, s. 297—304). K odhadu vhodné tréninkové tepové frekvence musíme znát maximálně dosažitelnou tepovou frekvenci (TFmax). S ohledem na redukci oběhové aktivity věkem zhruba platí: TFmax = 220/min — věk. Klidovou tepovou frekvenci (TFk) měříme za skorobazálních podmínek ráno na lůžku. Tréninkovou tepovou frekvenci (TFtr) pak můžeme vypočítat podle Åstrand a Rymingové (cit. podle Chrástek J., Bureš J., Tůma V.: Kontrola intenzity tréninku osobním kardiometrem. Teor. Praxe těl. vých., 23, 1975, č. 2, s. 119—122) takto:

a) pro určení dolní hranice intenzity tréninku:
 $TFtr = TFk + 50 \% (TFmax - TFk)$

b) pro určení horní hranice intenzity tréninku:
 $TFtr = TFk + 70 \% (TFmax - TFk)$

Např.: TFk = 70, TFmax = 200, TFmax - TFk = 130
 $TFk + 50 \% (TFmax - TFk) = 135 \dots$ dolní hranice
 $TFk + 70 \% (TFmax - TFk) = 161 \dots$ horní hranice

Citovaná publikace uvádí velmi jednoduchý odhad TFtr, navržený americkými autory pro 20 až 29leté podle schématu:

1. dolní hranice TFtr = 65 % TFmax = 130/min
2. střední hranice TFtr = 70 % TFmax = 140/min
3. horní hranice TFtr = 77,5 % TFmax = 155/min
4. špičková hranice TFtr = 85 % TFmax = 170/min

Autoři dodávají, že dolní a střední hranice se hodí pro začátečníky, horní a špičková hranice pro dobře trénované a vrcholové sportovce. Tuto formu tréninku označují jako progresivní trénink, poněvadž se předpokládají optimální výsledky, zabráňuje se poddózování nebo předávkování. Jeho využití má mít význam hlavně při intervalové metodě tréninku.

V řadě prací známých fyziologů se uvádí, že zatížení submaximální intenzity je dostatečným podnětem pro rozvoj maximální spotřeby kyslíku. Saltin konkretizuje uvedený poznatek do praxe pro běžecké úseky intervalové metody středně dlouhých a dlouhých úseků v trvání od 2 do 15 minut tak, že hodnota tepové frekvence na konci běžeckého úseku má být asi o 10 až 15 tepů nižší, než je hodnota maximální tepové frekvence zjištěné na bicyklovém ergometru (cit. podle Soulek V., Kohout T.: Trénink vytr-

valosti u orientačních běžců. Teor. Praxe těl. vých., 22, 1974, č. 3, s. 175—180). Pro krátkodobou intervalovou metodu doporučují němečtí autoři použít sílu podnětu tak velkou, aby po jednorázovém zatížení trvajícím do 2 minut vystoupila tepová frekvence na hodnoty mezi 150 až 180 za minutu a na konci přestávky ne delší než 90 vteřin byla 120 až 140/min (Nett T.: Intervalltraining - Eine Untersuchung über seine Wirkung. Die Lehre der Leichtathletik, 1960, č. 1).

Pokud se týká tréninku obecné vytrvalosti, uvádí jedni autoři za nutné, aby intenzita pohybové činnosti se pohybovala na hranici aerobních možností organismu, jiní doporučují i zatížení nižší, o střední intenzitě.

Při určování intenzity tréninku podle tepové frekvence musíme brát v úvahu, že někteří sportovci reagují na zátěž relativně větším zrychlením tepové frekvence, nežli jiní. Mluví se i o tepových, nebo opačně tlakových hyperreaktorech. Také musíme mít na zřeteli výraznou oběhovou aktivitu u mládeže před pubertou, nebo v době puberty, kdy již malý podnět vyvolává relativně vyšší tepovou frekvenci. Tak jsme mohli radiotelemetrickou metodou pozorovat i u trénovaných členek juniorského družstva dívek ve věku kolem 14 a 15 let tepovou frekvenci od 130 do 160 za minutu při pouhém vyklusávání, tedy při zatížení mírnou intenzitou, když předtím předcházelo kontrolní testování v běhu (Daněk V., Matouš I., Suk A.: Reakce srdeční frekvence na kopcovitý profil tratě v podmínkách běžeckého kontrolního závodu. Předneseno na sjezdu Čs. spol. tělových. léc. v Praze, 1975).

Byly publikovány výsledky pozorování, podle kterých měl trénink o vysoké intenzitě za následek vzrůst výkonnosti u kontrolních cvičení prováděných s mírným zvýšením tepové frekvence, zatímco trénink mírné intenzity nevyvolával vzestup výkonnosti při cvičení vysoké intenzity (Neverkovič S. D., Čeremisov V. N.: Vlivanie trenirovočnych nagruzok vopolujajenych s raznoj častotoj serdečnych sokraščenij, na izmenenije pokazatelej rabotosposobnosti sportsmenov. Teor. Prakt. fiz. kult., 35, 1972, č. 11, s. 40—43). Vyplývá z toho poznatek, že určité procento tréninkového objemu musí být věnováno tréninku s tepovou odezvou přibližně stejnou, jaká je při specifické zátěži, která je v případě běhu na lyžích o vysoké intenzitě. Tento požadavek je odůvodnitelný i z hlediska upevnění správných pohybových stereotypů vzhledem ke specifické potřebě. Podíly práce o různé intenzitě se mění i vzhledem k jednotlivým fázím přípravy v rámci celoročního cyklu. Právě otázka podílů práce o různé intenzitě vzhledem k celkovému objemu se zdá mít rozhodující význam pro efektivitu tréninku. Bohužel právě v tomto bodě se názory často liší. Z různých variant tréninku popisují například sovětské autoři nejvyšší vliv na výkonnost lyžařů-běžců při kombinaci 70 % zátěže střední intenzity za kterou považují práci při tepové frekvenci mezi 150 až 170/min a 30 % zátěže vysoké a maximální intenzity s tepovou frekvencí vyšší než 170/min (Ramenskaja T. I.: Sootnošenije nagruzok v sorevnovatelnom periode trenirovki lyžnikov gonščikov. Teor. Prakt. fiz. kult., 37, 1974, č. 10, s. 15—17).

Další zvyšování intenzity tréninkového procesu je v současné době možné za pomoci racionálního využití zotavovacích prostředků, kdy se ve fázi zotavení obnoví, doplní a nashromáždí energetické zdroje. Tyto zotavné prostředky lze rozdělit do 3 skupin:

1. Pedagogické prostředky — úprava metody tréninku, výběr tréninkových prostředků a jejich rozmístění v mikrocyklech, volba tréninkového prostředí.

2. Lékařsko-biologické prostředky — zvyšování odolnosti organismu, odstraňování místní a celkové únavy masáží a automasáží, výživa, včasné léčení onemocnění pohybového aparátu i onemocnění celkových spolu s rehabilitací a jiné.

3. Psychologické prostředky — úprava psychického napětí, psychoregulační a autogenní trénink, svalová relaxace, to vše případně i s použitím hypnózy.

Při plánování tréninku nestačí tedy jen určovat jeho objem. Značně důležitá je i otázka použití správné intenzity zátěže. Je nejen důležité „kolik“, ale také „jak“. V této otázce není zatím ještě zcela jasno a názory různých autorů se poněkud liší. V článku jsem uvedl některé podstatné názory na určování intenzity tréninkové zátěže. V trenérské praxi pak je třeba věnovat této otázce patřičnou pozornost. Bude zde platit i nutnost individuálního přístupu k jednotlivým závodníkům a vedle intuíce se hlavně uplatní zkušenosti a teoretické znalosti trenéra.

Dr. VRATISLAV DANĚK

Polák Bobak vítězem Poháru Národní fronty

Devatenáctiletý Polák Stanislaw Bobak z WKS Legia Zakopané zvítězil 11. října v V. ročníku mezinárodních závodů ve skoku na lyžích o Pohár Národní fronty ve Frenštátě pod Radhoštěm za účasti 99 startujících ze čtyř zemí.

Dvojnásobný mistr Polska, který v posledním 23. ročníku Intersportturné obsadil páté místo, skokem 87,5 m ve druhém kole vytvořil nový polský rekord na umělé hmotě a zůstal jen půl metru za světovým rekordem Švýcara Waltera Steinera ze 14. září z letošního 3. ročníku Velké ceny města Frenštátu pod Radhoštěm. Pohár Národní fronty byl poznamenán chladným a větrným počasím, což se projevilo na návštěvě asi jen 500 diváků. Byli svědky zajímavých bojů reprezentantů Jugoslávie, Polska, Švédska a ČSSR. Z předních čs. skokanů chyběli jen Karel Kodejška a Rudolf Höhnli, kteří se v nové sezóně zatím nemohli pochlubit mimořádnými výsledky na hmotě.

Bobak rozhodl závod ve druhém kole. Tento jeho nejdelší skok soutěže 87,5 m byl i dobře ohodnocen stylovými rozhodčími, kteří mu dali dvakrát známku 19,0 b., dvakrát 17,5 a jednou 17,0 b. Po prvním kole vedl Bobakův krajan Adam Krzysztofiak se 119,3 b. za nejdelší skok v tomto kole 84 m před Františkem Novákem 112,5 (83,5 m), Jaroslavem Balcarem 112,0 (81 m) a Jugoslávцем Bogdanem Norčičem 111,7 (83 m). Bobak se s Jaromírem Lidákem se 111,6 b. dělil o páté místo při stejné délce skoku 82 m. Ve druhém kole dostal po Bobakovi (124,5 m.) druhý největší počet bodů Břetislav Novák 116,5 a ze sedmého místa se posunul na třetí za Krzysztofiaka. Břetislav Novák, skákající dobře v tréninku, konečně psychicky zvládl i závod a potvrdil, že patří mezi naděje čs. skokanského sportu, stejně jako jeho bratr František No-

vák — neúspěšnější čs. junior a jeden z těch, kteří by měli zasáhnout do boje o medaile na juniorském mistrovství Evropy 1976 v únoru v Liberci. Dokonalou ukázkou telemarkových doskoků předváděl Adam Krzysztofiak (SNPPT Zakopané). Nedostal od stylových rozhodčích nižší známku než 18,0 b.

Pohár Národní fronty znovu potvrdil, že polští skokani se pečlivě připravují na ZOH 1976 v Innsbrucku. Kromě Bobaka a Krzysztofiaka v první desítce se umístil třetí člen jejich reprezentačního družstva Tadeusz Pawlusiak, který skončil devátý. Poláci ve Frenštátě týden před závody trénovali, stejně jako Jugoslávci a Švédové se na největším můstku s umělou hmotou na světě připravovali na olympijskou sezónu. Z Jugoslávců byl neúspěšnější Bogdan Norčič — obsadil sedmé místo, ze Švédů byl Odd Brandsegg třináctý.

Čs. reprezentanti při tomto závodě nepoužívali nových kombinéz. Nedařilo se jim tak, jak by si přáli. Obhájce Poháru Národní fronty Jindřich Balcar skončil osmý a byl předstížen svým bratrem Jaroslavem, který obsadil šesté místo. Jaromír Lidák a Leoš Škoda znovu ukázali, že by si rádi opět vybojovali účast v reprezentačním družstvu. To bude záležet na výsledcích nominačních závodů, které se mají konat koncem listopadu ve Spindlerově Mlýně a v polovině prosince na Štrbském Plese.

Výsledky V. ročníku Poháru Národní fronty: 1. Stanislaw Bobak (236,0



Břetislav Novák byl neúspěšnějším čs. závodníkem v Poháru Národní fronty

(82+87,5), 2. Adam Krzysztofiak (oba Polsko) 234,8 (84+81), 3. Břetislav Novák (ASVS Liberec) 227,4 (80+83,5), 4. Jaromír Lidák (ASVS Banská Bystrica) 226,0 (82+82,5), 5. František Novák (Jiskra Harrachov) 220,5 (83,5+81), 6. Jaroslav Balcar (ASVS Liberec) 219,8 (81+79), 7. Bogdan Norčič (Jugoslávie) 216,4 (83+78), 8. Jindřich Balcar (ASVS Liberec) 215,7 (79+82,5), 9. Tadeusz Pawlusiak (Polsko) 209,8 (80+75), 10. Leoš Škoda (ASVS Liberec) 208,9 (77+79), 11. Janusz Walus (Polsko) 204,0 (78,5+76), 12. Ivo Felix (ASVS Liberec) 202,8 (72,5+82,5), 13. Odd Brandsegg (Švédsko) 198,6 (74,5+76), 14. Josef Hýsek (ASVS Banská Bystrica) 197,3 (76+76,5), 15. Vojko Blaznik (Jugoslávie) 194,5 (74,5+75).

JAROSLAV TROUSIL

Lyžařská výuka neorganizované veřejnosti

Mluvíme-li o hlavních úkolech našeho lyžařského hnutí, právem označujeme za prvořadou právě práci s masami. Často formulujeme tento úkol heslovitě, méně často konkrétně. Není ovšem těžké formulovat v tomto směru jeden zásadní, klíčový poznatek, že totiž práce s masami znamená za prvé a především práci s neorganizovanými lyžaři. Ti mají a ještě dlouho budou mít drtivou početní převahu nad lyžaři organizovanými. Vyplyvá to z celkové reálné situace a je to tak dokonce i v pořádku.

Na celém světě, kde se lyžuje, reste počet lyžařů téměř závratným tempem, a z tohoto přírůstku hledá nebo najde cestu do lyžařských organizací jen zlomek. Nejde teď o rozebírání příčin tohoto jevu. Jsou v podstatě jasné. Jde především o jednoznačný závěr, který z toho plyne: pole pro masovou práci odborně fundovaných a touto prací pověřených složek na-

šeho svazu je právě mezi těmito neorganizovanými lyžaři. A když si položíme otázku, co opravdu užitečného můžeme pro ně udělat, pak se odpověď nabízí sama: poskytnout v rozsahu odpovídajícím našim možnostem, a všem lyžařům, které pro to dokážeme získat, solidní odbornou výuku na nejmodernější technické, metodické a pedagogické úrovni.

Víme-li tedy, že právě tady je v současné době hlavní článek řetězu oněch úkolů, které si musíme v masové práci konkrétně vytyčit, zbývá najít a uplatnit v praxi nejúčinnější formy jejich plnění.

VSL ČUV ČSTV, jmenovitě úsek sportovního lyžování, vyvinul v posledních dvou letech úsilí o doplnění některých zatím nepřilži rozšířených tradičních forem výuky neorganizované lyžařské veřejnosti formou, která se v řadě vyspělých lyžařských zemí

rozvíjí už několik desítek let a výborně se osvědčila. Jde o lyžařskou výuku široké veřejnosti ve formě placené služby. Poskytli jsme proto rozsáhlou odbornou a pedagogickou pomoc Ústřednímu ústavu tělesné kultury, který byl pověřen provozováním těchto veřejných lyžařských škol profesionálního charakteru. Pole působnosti těchto škol je přesně vymezené: mají být postupně zřizovány přímo v hlavních lyžařských střediscích ČSR s největší koncentrací lyžařské veřejnosti a poskytovat lyžařskou výuku našim i cizím občanům, kteří zde tráví svou zimní dovolenou nebo sem přijíždějí na víkend. V těchto školách mají během sezóny působit pokud možno stálí cvičitelé a školy musejí být v provozu po celou sezónu, každý den, s výukou dopoledne i odpoledne.

Jde tedy o oblast a rozsah činnosti, která by se nedala zajistit silami dobrovolné tělovýchovné organizace a

dobrovolnými cvičiteli našich lyžařských odřídů.

Na druhé straně však právě lyžařská výuka opírající se o náš rozsáhlý a osvědčený sbor dobrovolných cvičitelů všech tříd našla už poměrně široké uplatnění v rozmanitých formách, které jsou pro tento systém charakteristické a nejvhodnější. Tyto specifické a už vyzkoušené formy výuky veřejnosti by zase nebylo možné nahradit jiným systémem. Ukazuje se, že právě v těchto formách dobrovolné svazové výuky se nám podařilo rozvíjet aktivitu a vytvořit tak silný cvičitelský sbor, že nám v tom zahraniční lyžařské svazy mohou jen stěží konkurovat. Rozhodně však nelze říci, že jsme vyčerpali už všechny možnosti využití tohoto potenciálu k výuce široké lyžařské veřejnosti. Potřeba aktivizace výukové činnosti v rámci našeho svazu a prostřednictvím dobrovolných cvičitelů je o to větší, že síť profesionálních škol je teprve ve zrodu a ani později nebude ve specifických formách své působnosti schopna zvládnout tento úkol v plné šíři. Naproti tomu naše územní svazové složky a lyžařské oddíly pokrývají téměř celé území republiky, znají dobře místní a oblastní poměry, znají možnosti a kádry a dovedou najít i možnosti a formy dosud málo nebo vůbec nevyužívané. Pokud by se kapacita našeho dobrovolného cvičitelského sboru zaměřovala i nadále převážně na organizované členy lyžařských oddílů, nutně by se omezovala a zůstala by mnohdy nevyužitá, jak to ukazuje praxe mnoha oddílů zejména ve větších a velkých městech.

Není třeba předepisovat nižším svazovým složkám, jakými formami se mají do výuky lyžařské veřejnosti zapojit. Mnoho záleží na místních podmínkách a možnostech, na lidech, kteří jsou pro tento úkol k dispozici. Rada oddílů a jiných svazových složek si už sama našla různé účinné formy této práce, i když je pravda, že centrální přehled o této činnosti je neúplný. Víme o oddílech, které provozují po celou zimní sezónu vlastní veřejnou lyžařskou školu a dosahují výborných výsledků, jako například TJ Ještěd v Liberci nebo Motor České Budějovice. Práce s dětmi v těchto školách nebo s mládeží v Prachaticích má význam nejen pro masové lyžování, ale také pro výběr talentů pro závodní lyžování. Dobré výsledky mají delší nebo kratší akce tohoto druhu v Hradci Králové (Slavie, Spartak), v Semilech (Kolora), v Trutnově (Sokol), v Pardubicích (Dynamo), v Plzni (Praždroj, Spartak), v Jáchymově a jinde. Některé oddíly organizují veřejnou lyžařskou školu jeden týden nebo i více týdnů v průběhu sezóny.

Na základě těchto zkušeností lze definovat ty formy, které se při této práci už osvědčily, a doporučit některé další, které jsou dosud velmi málo využívané. Je na oddílech a dalších složkách našeho svazu v krajích a okresech, aby samy zvážily, co z toho je pro ně reálně uskutečnitelné, aby si samy vypracovaly vhodné formy a metody této činnosti a rozhodly, jakým způsobem budou plnění tohoto úkolu organizovat a kádrově zajišťovat.

Jednou z nejrealističtějších a už osvědčených forem jsou **týdenní veřejné**

PLÁN ŠKOLENÍ NA I. ČTVRTLETÍ 1976

Školení trenérů II. tř. klas. disc., 2. část — 18.—25. 1. — Harrachov
Školení trenérů II. tř., sjezd. disc., 2. část — 28. 3.—4. 4. — Chopok
Školení cvičitelů I. tř., 1. část — 4.—11. 4. — Chopok
Školení cvičitelů I. tř., 2. část — 7.—14. 3. — Špindlerův Mlýn
Školení cvičitelů II. tř., 1. část — 18.—25. 1. — Špičák
Školení cvičitelů II. tř., 1. část — 29. 2.—7. 3. Harrachov
Školení cvičitelů II. tř., 2. část — 15.—22. 2. — Harrachov
Doškolení trenérů II. tř., sjezd. disc. — 8.—10. 3. — Chopok
Doškolení trenérů II. tř. běh — 26.—29. 2. — Liberec
Doškolení trenérů II. tř., skok+sdrůž. — 26.—29. 2. — Liberec
Doškolení cvičitelů II. tř. — 25.—28. 1. — Špičák
Doškolení cvičitelů II. tř. — 28.—31. 1. — Špičák

Považujeme za nutné znovu upozornit, že při výběru uchazečů je zapotřebí postupovat v souladu v JKCTR. Je nezbytné, aby přihláška s příslušným doporučením došla tělovýchovné škole ČÚV ČSTV nebo výboru svazu lyžování ČÚV ČSTV **nejpozději šest týdnů před zahájením akce**. Na později došlé přihlášky nelze brát ohled. Můžeme je zařadit až do dalšího školení.

Žádáme vás, abyste při vyplňování přihlášek zkontrolovali, zda jste uvedli disciplínu.
JAN MARŠÍK, metodik VSL ČÚV ČSTV

školy organizované lyžařským oddílem. Některé oddíly pořádají za sezónu několik takových akcí. Oddíly, které od této formy upouštějí jen proto, že nemožou zajistit ubytování ve vhodné horské oblasti, by se mohly obrátit o pomoc i na úsek sportovního lyžování našeho svazu. Také případný nedostatek cvičitelů by mohly oddíly řešit ve spolupráci s vyššími svazovými orgány nebo s jinými oddíly, kde jsou cvičitelé využiti nedostatečně.

Další osvědčenou formou výuky veřejnosti jsou **víkendové veřejné školy**, které mohou oddíly (případně několik oddílů společně) organizovat ve své oblasti, ale případně i mimo ni. Osvědčují se zejména v tradičních místech víkendového lyžařského provozu, v nichž se jinou formou lyžařská výuka veřejnosti neposkytuje.

Silné lyžařské oddíly, případně okresy nebo kraje mohou podle svých podmínek organizovat i **stálé veřejné lyžařské školy**, a to v několika variantách. Například lyžařská škola TJ Ještěd působí po celou sezónu a poskytuje lyžařskou výuku jak o víkendech, tak i ve stanovených dnech během týdne, v odpoledních případně i večerních hodinách (na cvičném svahu s umělým osvětlením a vlastním vlekem). Zvláště vhodná je tato forma tam, kde jsou lyžařské terény v bezprostřední blízkosti a kde je zároveň soustředěn dostatečný počet zájemců. Stálá veřejná škola může působit ovšem i tam, kde je třeba výuku a tedy i cvičitele rozmístit v určité oblasti na různé podnikové chaty nebo jiná ubytovací střediska a kde zájem návštěvníků o lyžařskou výuku byl pokud možno předem organizačně podchycen.

Určitým druhem stálé veřejné lyžařské školy je i ta, která působí během sezóny jen na jedné chatě (se střídajícími se cvičiteli) nebo soustředěně skupině rekreačních objektů, obvykle s dobře obsazenými týdenními turnusy lyžařských rekreativů.

Možnosti podchycení neorganizované lyžařské veřejnosti k organizování pravidelné výuky lze najít zejména ve spolupráci s velkými společenskými organizacemi (SSM, ROH, SDR aj.), s konkrétními podniky a družstvy. Takovými partnery mohou být ovšem i školy všech stupňů, které pro lyžař-

skou výuku svých žáků mají stále nedostatek vlastních cvičitelů a průměrná úroveň lyžařské výuky je zde obvykle velmi nízká. K dalším partnerům patří především různé státní, veřejné, vědecké, kulturní a další instituce, mezi jejichž pracovníky je značný počet neorganizovaných lyžařů.

Velmi užitečné pro tuto práci by mohlo být navázání kontaktu s komisí pro tělesnou výchovu příslušného národního výboru, kterou lze požádat o radu a pomoc při rozvíjení celé této činnosti, případně získat od této komise konkrétní podporu v rámci rozpočtových a jiných možností národního výboru.

Komise veřejných lyžařských škol úseku sportovního lyžování uvítá všechny náměty lyžařských oddílů a dalších složek ke koncepci masového rozšíření lyžařské výuky, a zároveň také informace o tom, co se v tomto směru už realizuje a jaké zkušenosti byly v této práci už získány. Komise tak bude mít možnost tyto zkušenosti zevšeobecňovat, přenášet je do ostatních složek svazu a svými prostředky poskytovat konkrétní odbornou, organizační i další pomoc všem veřejným školám tohoto druhu, které to budou potřebovat. Úkolem členů komise pověřených rozvíjením této práce bude zajíždět do míst, kde budou veřejné lyžařské školy fungovat, a hledat možnosti, jak jejich činnost i z centra účinně podpořit a jejich úspěchy také v celém hnutí popularizovat. K tomu je ovšem třeba, aby komise byla včas o provozování těchto škol (místa, termíny atd.) informována, hlavně pokud jde o veřejné školy, o nichž dosud nemá k dispozici žádné konkrétnější informace.

Jde nyní o to, aby při poskytování lyžařské výuky neorganizované veřejnosti se obě složky — dobrovolná svazová a vznikající profesionální — vzájemně doplňovaly a společně tak přispívaly k podstatně širšímu působení na lyžařskou veřejnost, ke kvalitativnímu tělovýchovnému procesu právě v tomto sportovním odvětví, které se v naší zemi z hlediska aktivního provozování stalo opravdu nejmasovějším.

Ing. PAVEL BORSKÝ
předseda komise veřejných lyžařských škol

Beskydská liga mládeže již popáté

Významnou přehlídkou nejlepší čs. skokanské mládeže a příležitostí změřit své síly v letním a podzimním období na můstcích s umělou hmotou se stala Beskydská liga mládeže, která z iniciativy lyžařských oddílů MEZ Frenštát pod Radhoštěm a TJ Rožnov pod Radhoštěm byla letos uspořádána již popáté. Celková účast 163 startujících ve dvou věkových kategoriích žáků a dvou dorostenců svědčí o masovém charakteru soutěže.

Zúčastnili se jí nejlepší mladí závodníci z českých i slovenských krajů. Při některých závodech chyběli jen přední dorostenci, kteří byli v té době pověřeni reprezentací v zahraničí. Série pěti závodů začínala 23. srpna a končila finálovým při VI. ročníku Poháru Národní fronty 10. října ve Frenštátě pod Radhoštěm, v němž měli mladí čs. skokani příležitost zhlédnout zajímavé boje 99 závodníků z Jugoslávie, Polska, Švédska a ČSSR. Bylo to důstojné vyvrcholení soutěže a páté místo nejlepšího čs. staršího dorostence Františka Nováka z Jiskry Harrachov v silné mezinárodní konkurenci pozoruhodným úspěchem.

V Beskydské lize se každému závodníkovi do celkového pořadí započítávají tři nejlepší dosažené výsledky, které se vzhledem k rozdílným parametrům můstků přepočítávají použitím lineární přírůžky na 240 bodů vítěze příslušné kategorie každého závodu. Závody pátého ročníku Beskydské ligy byly uspořádány na můstcích s umělou hmotou ve Frenštátě pod Radhoštěm s normovými body 35 a 72 metrů a v Rožnově pod Radhoštěm s normovými body 28 a 60 m. Také tento ročník přispěl k dalšímu rozvoji čs. skokanské disciplíny. Ve srovnání s předcházejícími ročníky se projevil úbytek v kategoriích mladších žáků způsobený tím, že v ČSSR přibývá můst-

ků s umělou hmotou a tím i větší možnosti přípravy nejmladších skokanů v letním období. Pro vzdálené oddíly znamená totiž účast jejich skokanů v této soutěži značné finanční náklady.

Vítězi V. ročníku Beskydské ligy se stali Miroslav Slušný (BZVIL Ružomberok) v kategoriích mladšího a Roman Kumpošt (Slavia VŠST Liberec) v soutěži staršího žactva, Ladislav Heczeko (TŽ Třinec) v kategoriích mladších a Radan Filip (MEZ Frenštát) v soutěži starších dorostenců. Vítězové všech čtyř kategorií absolvovali všech pět závodů. V současné době se budují nová střediska lyžařských můstků s umělou hmotou v Lomnici nad Popelkou, v Písařově a Vrbně pod Pradědem. Lze proto očekávat, že Beskydská liga bude vzorem pro podobnou soutěž v těchto oblastech ku prospěchu a úspěšné budoucnosti čs. skokanského sportu, který má stále dobré jméno na mezinárodním poli. Ředitel Beskydské ligy mládeže ing. Jiří Sedláček může být spokojen s úspěchem letošního ročníku a že soutěž ukázala správnou cestu pro zvyšování úrovně skoku na lyžích v ČSSR.

Výsledky 5. kola — mladší žáci (normový bod 35 m): 1. M. Slušný (BZVIL Ružomberok) 125,5 (29+30), 2. R. Klíma 115,4 (26+29), 3. L. Dluhoš (oba MEZ Frenštát) 107,1 (27+26). — **Starší žáci** (normový bod 35 metrů): 1. R. Kumpošt (VŠST Liberec) 173,0 (33,5+35,5), 2. P. Novotný (Naveta Jablonec) 166,5 (33+33,5), 3. J. Parma 154,0 (32+32), 4. P. Neuman (VŠST Liberec) 148,5 (31+30,5), 5. J. Pavlica (TJ Rožnov) 148,2 (30+32). — **Mladší dorostenci** (normový bod 35 metrů): 1. P. Fizek 205,5 (38,5+38), 2. L. Heczeko (oba TŽ Třinec) 196,0 (36,5+37,5), 3. M. Kumpošt (Dukla Liberec) 190,0 (37+37), 4. M. Kontúr (BZVIL Ružomberok) 189,4 (37+38), 5. J. Brzuchanski (TŽ Třinec) 186,6 (36+37). — **Starší dorostenci** (normový bod 72 m): 1. F. Novák (Jiskra Harrachov) 220,5 (83,5+81), 2. P. Fijas (BBTS Bielsko - Polsko) 183,7 (75,5+71), 3. L. Matura (Technolen Lomnice) 178,2 (74+65), 4. R. Černocho 167,4 (67+69), 5. M. Vala (oba MEZ Frenštát) 164,3 (69+71).

Konečné pořadí V. ročníku Beskydské ligy - mladší žáci: 1. M. Slušný 720,0 (209,2 - 240,0 - 237,3 - 240,0 - 240,0), 2. J. Rýdl (MEZ Frenštát) 695,8 (230,0 - 225,8 - 240,0 - 225,5 - 0), 3. R. Klíma 688,9 (224,0 - 218,9 - 235,0 - 201,3 - 229,9), 4. L. Dluhoš 653,4 (202,6 - 214,3 - 217,5 - 206,7 - 221,6), 5. P. Kantor (MEZ Frenštát) 642,6 (226,0 - 209,4 - 212,6 - 200,7 - 0). — **Starší žáci:** 1. R. Kumpošt 720,0 (240,0 - 240,0 - 238,9 - 235,6 - 240,0), 2. O. Martiňák 719,6 (227,9 - 239,6 - 240,0 - 240,0 - 198,0), 3. M. Žingor (oba TJ Rožnov)



Vítěz 5. ročníku Beskydské ligy v kategorii starších žáků Roman Kumpošt (VŠST Liberec)

695,7 (188,6 - 235,2 - 228,6 - 231,9 - 189,7), 4. J. Parma (MEZ Frenštát) 690,0 (235,0 - 218,9 - 234,0 - 196,6 - 221,0), 5. R. Latzka (S. Nové Město na Moravě) 669,9 (225,4 - 218,9 - 222,4 - 222,1 - 180,3), 6. J. Pavlica (TJ Rožnov) 663,1 (217,7 - 216,5 - 217,9 - 227,5 - 215,2). — **Mladší dorostenci:** 1. L. Heczeko 720,0 (240,0 - 240,0 - 240,0 - 240,0 - 230,5), 2. P. Fizek 709,6 (229,2 - 236,6 - 209,4 - 233,0 - 240,0), 3. M. Kumpošt 693,5 (232,0 - 218,6 - 230,6 - 230,9 - 224,5), 4. M. Kontúr 673,1 (0 - 217,5 - 222,3 - 227,9 - 223,9), 5. R. Vojkůvka (TJ Rožnov) 632,0 (206,6 - 180,4 - 210,0 - 173,1 - 215,4), 6. L. Raška (MEZ Frenštát) 614,1 (213,3 - 162,7 - 202,1 - 151,8 - 198,7). — **Starší dorostenci:** 1. R. Filip (MEZ Frenštát) 708,1 (228,9 - 226,9 - 240,0 - 239,2 - 179,6), 2. J. Bobek (TŽ Třinec) 699,8 (183,5 - 238,0 - 221,8 - 240,0 - 160,6), 3. M. Vala 669,5 (203,2 - 216,8 - 232,0 - 222,5 - 183,8), 4. R. Černocho 666,9 (240,0 - 240,0 - 0 - 0 - 186,9), 5. Z. Vašek (MEZ Frenštát) 664,3 (207,5 - 200,9 - 234,2 - 222,6 - 106,7), 6. L. Matura 655,5 (226,0 - 231,8 - 0 - 0 - 197,7.)

V kategoriích mladšího a staršího žactva a mladších dorostenců v závorce jsou výsledky z prvního kola 23. srpna ve Frenštátě na můstku s normovým bodem 35 m, 24. srpna v Rožnově na můstku P 28, 20. září ve Frenštátě na P 35 m, 21. září v Rožnově na P 28 m a 11. října ve Frenštátě na můstku s normovým bodem 35 m. Starší dorostenci skákali ve stejných termínech na můstcích ve Frenštátě P 35 m, Rožnově P 60 m, Frenštátě P 35 m, Rožnově P 60 a ve Frenštátě P 72 m.



Ladislav Heczeko (TŽ Třinec) zvítězil v 5. ročníku Beskydské ligy v kategorii mladších dorostenců a patří k čs. skokanským nadějším

Jak jsme již naše okresní a krajské výbory svazů lyžování informovali, připravil úsek sportovního lyžování výboru svazu lyžování Českého ústředního výboru ČSTV pro všechny lyžující občany soutěž o získání stříbrného a zlatého odznaku „Lyžař ČSR“.

Dnes vás seznámíme s podmínkami získání zlatého odznaku „Lyžař ČSR“. Získá jej každý lyžař po splnění limitních podmínek v kterékoli ze 4 lyžařských disciplín: běhu, skoku, slalomu nebo obřím slalomu. Odznak je osvědčením branné a tělesné připravenosti nositele.

čemi branky. Jízda s vynecháním branky nebo jejím nesprávným projetím (protnutí spojnice jen jednou nohou) je neplatná. Branky je možno najíždět z kterékoliv strany.

Oba druhy závodů mohou být uspořádány jednokolově. Podmínkou je splnění výkonnostního limitu, určeného z průměru dvou určených cvičitelů nebo trenérů lyžování, nebo 2 nejlepších výkonů účastníků, kteří jsou již nositeli zlatého odznaku „Lyžař ČSR“.

U lyžařských závodníků jsou podmínky pro získání zlatého odznaku

Zasedání prezidia INTERSKI

Zasedání prezidia Mezinárodního svazu pro výuku lyžování Interski se uskutečnilo v druhé polovině října v Bratislavě pod vedením předsedy A. Odermatta. Na pořadu bylo zhodnocení a závěry X. mezinárodního kongresu, který se konal ve Vysokých Tatrách. Členové předsednictva vysoce hodnotili uspořádání kongresu po stránce organizační i společenské. Delegát Japonska Fukuoka požádal zástupce ČSSR o zaslání dokumentace z přípravy kongresu, která má japonským organizátorům pomoci při uspořádání XI. kongresu Interski v Japonsku.

Jednání prezidia v příštím roce se uskuteční ve Finsku. V roce 1977 se uvažuje o zasedání v NSR a v roce 1978 v Japonsku, přičemž by se konala kontrola příprav XI. kongresu. V Bratislavě předsedové pracovních skupin předložili zprávy o činnosti. Dále se jednalo o francouzském návrhu na změnu statutu. Bylo rozhodnuto nerozšiřovat počet dosavadních skupin. Při překrývání problematiky lyžování v práci skupin ji řešit vytvářením problémových komisí. Zástupce Japonska přednesl zprávu a návrh míst na uspořádání XI. kongresu Interski 1979: Sapporo, Hakuba a Saijó. Členové prezidia doporučují střediska Hakuba nebo Saijó a měsíc leden.

Účastníci zasedání si prohlédli lyžařský svah s umělou hmotou v Harmónii, zhlédli film z X. Interski ve Vysokých Tatrách a předseda SÚV ČSTV prof. dr. Vladimír Černušák pro ně pořádá slavnostní večeři.

Vzpomínka na ing. J. Bancíře

Lyžaři a všichni členové Spartaku Autoškoda Vrchlabí v uplynulých dnech s bolestí v srdci vzpomínali prvního výročí tragické smrti jejich kamaráda, vzácného člověka, ing. Jaroslava Bancíře, předsedy VSL KV ČSTV Východočeského kraje. Ing. Jaroslav Bancíř tragicky zahynul 6. prosince 1974 po zranění při automobilové nehodě na cestě na plenární zasedání VSL ČÚV ČSTV v Brně.

S nesmírnou aktivitou se podílel na práci lyžařského oddílu a výboru Spartaku Vrchlabí, jakož i veškeré činnosti lyžařů Východočeského kraje. Jako člen výboru, rozhodčí a schopný organizační pracovník se zúčastnil všech oddílových akcí. Sám vychovával novou generaci mladých sjezdářů, kterým věnoval velkou část svého volného času.

Opustil řady lyžařů, ale jeho neúnavná práce a obětavost pro další rozvoj lyžařského sportu zůstávají vzorem pro činnost ostatních funkcionářů nejen v oddíle, ale celém Východočeském kraji. Nikdy na něho nezapomenou!

Pospartakiádní akce ČESKÝCH LYŽAŘŮ

1. BĚŽECKÉ DISCIPLÍNY

Běh se koná buď na standardních běžeckých tratích nebo v terénu.

Délky tratí:		časový limit:
muži	10 km	70 minut
ženy	5 km	40 minut
dorostenci	5 km	36 minut
dorostenky	3 km	25 minut
žáci	2 km	15 minut
žákyně	1 km	8 minut

2. SKOK

Skáče se na upravených můstcích, umožňujících bezpečné dosažení délky skoku nejméně 15 m. Každý uchazeč skáče třikrát a počítá se mu nejdelší skok. Musí skočit nejméně do vzdálenosti, určené limitní délkou aniz by upadl. Skok, při kterém upadl, je neplatný. Délka se měří od odrazové hrany můstku k místu, kam uchazeč dopadne nohama.

Limitní délky:

žactvo	8 m
dorost	10 m
dospělí	12 m

3. SJEZDOVÉ DISCIPLÍNY

Pro splnění podmínek se volí buď slalom nebo obřím slalom.

Slalom: počet branek nejméně 25, nejvýše 45, šířka branky 4–5 m.

Obřím slalom: počet branek nejméně 20, nejvýše 35, šířka branky 4–8 m.

Uchazeč musí projet od startu k cíli vyznačenou trať všemi brankami. Každou branku musí projet uvnitř brankových tyčí, protíná tedy oběma nohama myšlenou spojnicí mezi ty-

„Lyžař ČSR“ splněny dosažením limitu pro III. VT nebo VTM, je-li příslušný závod vyhlášen také závodem pro získání zlatého odznaku „Lyžař ČSR“.

Soutěž o zlatý odznak „Lyžař ČSR“ mohou organizovat všechny složky ČSTV i všechny další organizace, kde je prováděn lyžařský výcvik (ROH, SSM, Svazarm, školy, ozbrojené složky atd.). Při plnění podmínek však musí být přítomen nejméně 1 cvičitel, trenér nebo rozhodčí lyžování ČSTV, nebo cvičitel lyžařské turistiky ČSTV, nebo cvičitel ZRTV I. nebo II. tř., případně u jiných organizací než ČSTV pracovník, zabývající se lyžařským výcvikem, pokud bude pro zkoušení uchazečů oprávněn příslušným OV ČSTV.

Po úspěšném splnění podmínek dostává uchazeč dvoudílný „Průkaz nositele stříbrného - zlatého odznaku Lyžař ČSR“. První díl průkazu si trvale ponechá, druhý díl slouží jako podklad pro vyzvednutí odznaku na kterémkoliv okresním výboru ČSTV. Vydávající OV ČSTV si ponechá druhý díl průkazu pro evidenční účely.

Tolik tedy k podmínkám. Věříme, že stříbrný i zlatý odznak bude plněn nejen při akcích, pořádaných lyžařskými oddíly, ale také při školních lyžařských zájezdech, akcích SSM a pionýrů, rekreacích ROH atd. Odznaky čekají na své nositele a my si jen přejeme, aby jich bylo co nejvíce. Tedy — hodně sněhu nám všem a necht odznak Lyžař ČSR je manifestačním pokračovatelem populární Spartakiádní vložky 75.

J. ČEHOVSKÁ

24. ročník Intersportturné

Přehlídkou nejlepších skokanů světové špičky před ZOH 1976 v Innsbrucku bude již 24. ročník Intersportturné, kterého se zúčastní také čs. reprezentanti. Zahajovací závod se uskuteční v úterý 30. prosince v Oberstdorfu (NSR). Německo-rakouské turné již tradičně pokračuje na Nový rok v Garmisch-Partenkirchenu. V neděli 4. ledna 1976 se koná třetí závod na velkém olympijském můstku v Innsbrucku na Bergiselu, na němž se v dalším měsíci bude bojovat o olympijské medaile. Intersportturné bude zakončeno v úterý 6. ledna v Bischofshofenu.

Posledního 23. ročníku se zúčastnilo 90 skokanů ze sedmnácti zemí a skončil velkým úspěchem Rakušanů, kteří obsadili první tři místa před čs. mistrem světa v letech na lyžích Karlem Kodejškou. Objevili se na něm v nových kombinacích i s několika dalšími novinkami ve výbroji, odborníci očekávají zda tomu bude i v novém ročníku před blížícími se ZOH. Intersportturné pomáhá k rozvoji skokanského sportu v Rakousku a NSR, což se projevilo letos dvojnásobnou účastí při mistrovství mládeže ve srovnání s minulými ročníky.

Dvacet let Sokola Senohraby

V závěru letošního roku oslavil dvacet let trvání vzorný lyžařský oddíl III. stupně Sokol Senohraby. Historie senohrabského lyžování začíná již za prvé republiky, to se zde ale sportovně vyžívaly pražské lyžařské kluby. Místní lyžařský oddíl vznikl až v roce 1955 z popudu ing. Syrovatského, který je stále iniciátorem lyžařského dění v této obci.

Oddíl sdružuje v současné době 47 členů, z nichž devět má kvalifikaci trenéra, tři cvičitele a 11 lyžařského rozhodčího. Oddíl má ve vlastnictví jediný lyžařský můstek ve středních Čechách. V uplynulé sezóně startovali senohrabští závodníci v 24 závodech a obsadili čtyři prvá, 4 druhá a 5 třetích míst. Celkem získali 16 výkonostních tříd.

Chvályhodná je i činnost Senohrabských jako pořadatelů soutěží. Z „velkých“ si připomeňme již tradiční podzimní běh lyžařů, jehož loňský XVIII. ročník měl na startu 179 závodníků, nebo lyžařskou Senohrabskou patnáctku. Ta se jela letos potřinácté a přes nepříznivé sněhové podmínky měla na startu 90 závodníků. Kromě těchto akcí uspořádali senohrabští lyžaři i Běh Mladé fronty, soutěž o Spartakiádní vločky a řadu menších akcí.

Za svoji dobrou práci byl oddíl vyznamenán titulem vzorný oddíl III. stupně a nyní soutěží druhým rokem o II. stupeň.

Ing. V. SETNIČKA

ŽEBŘÍČEK SJEZDAŘŮ

Před zahájením nového ročníku Světového poháru ve sjezdových disciplínách vydala Mezinárodní lyžařská federace FIS žebříček nejlepších závodníků a závodnic, který je důležitý pro rozdělení do skupin. V ženách je Rakušanka Moserová-Prölllová, která oznámila, že zanechává závodní činnost, na vedoucích místech ve sjezdu a obřím slalomu, ve slalomu je první Švýčarka Morerodová. Z mužů vede žebříček ve sjezdu Rakušan Klammer, ve slalomu a obřím slalomu Ital Gros. Pro čs. lyžování je potěšitelné, že v obřím slalomu je Sochor na dvanáctém místě.

Ženy - sjezd: 1. Moserová-Prölllová (Rak.) 0,00, 2. Nadígová 0,00, 3. Zurbriggenová (obě Švýc.) 0,00, 4. Nelsonová (USA) 1,81, 5. Mittermeierová (NSR) 4,18. — **Slalom:** 1. Morerodová (Švýc.) 0,00, 2. Wenzelová (Lichtenšt.) 0,00, 3. Mittermaierová 1,91, 4. Zechmeisterová (NSR) 2,68, 5. Moserová-Prölllová 5,86. — **Obří slalom:** 1. Moserová-Prölllová 0,00, 2. Morerodová 1,33, 3. Kasererová (Rak.) 2,22, 4. Serratová (Fr.) 3,78, 5. Kreinerová (Kanada) 4,50.

Muži - sjezd: 1. Klammer (Rak.) 0,00, 2. Berthod 1,69, 3. Collombin (oba Švýc.) 2,00, 4. Grissmann (Rak.) 2,04, 5. Vesti (Švýc.) 2,63. — **Slalom:** 1. Gros (It.) 0,00, 2. Stenmark (Švéd.) 0,00, 3. G. Thöni 0,00, 4. Radici 0,77, 5. de Chiesa (všichni It.) 2,44. — **Obří slalom:** 1. Gros 0,00, 2. Stenmark 0,00, 3. Haker (Nor.) 0,10, 4. Hemmi (Švýc.) 2,87, 5. R. Thöni (It.) 3,09.

Juniorkritérium po šesté

V polovině ledna příštího roku se ve Špindlerově Mlýně uskuteční už 6. ročník mezinárodního závodu Juniorkritérium. Historie juniorského kritéria v ČSSR je sice dosud mladá, ale tradice tohoto každoročního setkání mladých sjezdařů a sjezdařek z řady evropských zemí se upevňuje. Roste význam tohoto jediného mezinárodního závodu mládeže ve sjezdových disciplínách v ČSSR pro další rozvoj tohoto krásného sportu, zvláště v zemích socialistického tábora.

Myšlenka pořádat u nás v Krkonoších každoročně na sjezdových tratích Špindlerova Mlýna Evropské juniorské kritérium pro mladé reprezentanty evropských zemí ve věku od 14 do 18 let byla poprvé realizována z pověření Mezinárodní lyžařské federace FIS již v roce 1970, tedy o dva roky dříve než bylo uspořádáno první mistrovství Evropy juniorů ve sjezdových disciplínách v italském zimním středisku Madonna di Campiglio.

První ročník se konal 25.—28. ledna 1970 za účasti reprezentantů Argentíny, Bulharska, Jugoslávie, Polska, Rakouska, Rumunska a ČSSR. V kombinaci slalomu a obřím slalomu při účasti 47 juniorů a 33 juniorek zvítězili M. Sochor (ČSSR) a I. Neubauerová (Rakousko). Druhý ročník 3.—6. února 1971 měl na programu sjezd a slalom. V kombinaci při účasti závodníků a závodnic sedmi zemí si odnesli prvenství L. Gleinscher (Rakousko) a M. Šebestová (ČSSR). Třetího ročníku v prvním únorovém týdnu 1972 se zúčastnili mladí sjezdaři a sjezdařky Anstrálie, Bulharska, Jugoslávie, Maďarska, NDR, Polska, Rumunska, Rumunska, SSSR a ČSSR. Hlavní ceny v kombinaci (slalom a obří slalom) získali tentokrát čs. reprezentanti I. Sochor a A. Droppová. Čtvrtý ročník 29.—31. ledna 1973, který navazoval na juniorské mistrovství Evropy v Ruhpoldingu, jako většina

ostatních závodů byl postižen nepříznivými sněhovými podmínkami. Jely se dva slalomy za účasti 50 juniorů a 43 juniorek z devíti zemí. V prvním slalomu zvítězili B. Gensbichler (Rakousko) a D. Kuzmanová (ČSSR), ve druhém K. Heidegger (Rakousko) a S. Kuzmanová (ČSSR). V roce 1974 se Juniorkritérium nekonalo, neboť ČSSR byla pověřena uspořádat v tomto roce mistrovství Evropy juniorů. Pátý ročník se uskutečnil 18.—21. ledna 1975 a přijeli k němu reprezentanti sedmi zemí. V kombinaci slalomu a obřím slalomu si odvezli prvenství W. Plössnig (Rakousko) a J. Šoltýsová (ČSSR).

Šestým ročníkem vstupuje Juniorkritérium do nové etapy své historie. Záštitu nad tímto mezinárodním závodem převzal Československý olympijský výbor a věnoval pro něj hodnotné ceny. Juniorkritérium získalo značnou oblibu u všech národních lyžařských svazů. Přátelské přijetí, kamarádské prostředí, dobrá organizace, vysoká sportovní hodnota a krásné ceny jsou pro tento závod nejlepším doporučením. Těšíme se na příchod všech nových účastníků tohoto závodu — závodníků, jejich vedoucích a trenérů, právě tak jako těch, kteří se k nám vrátí již jako dobří přátelé z minulých ročníků.

ANTONÍN HUSÁK, ředitel závodu

Pestrá činnost lyžařů Jiskry Nejdek

V roce 1969 byl v Jiskře Nejdek založen lyžařský oddíl hlavně zásluhou trenéra Jana Petrlíka, který je stále hlavním aktérem pestré činnosti. Lyžaři Jiskry Nejdek jsou nositeli čestného titulu vzorný oddíl III. stupně a uchazeči o titul II. stupně. Mají 67 členů, z nichž je 36 z řad mládeže. Mchou se pochlubit řadou obětavých funkcionářských rodin jako jsou Freyovi, Pánkovi, Bernáškovi, Sližovi a Koubkovi.

Před čtyřmi roky získal oddíl chalupu na Vysoké Ježli a s pravidelným příspěvkem OV ČSTV v Karlových Varech z ní zřídili pěkné středisko pro oddíl. Ze seníku byla upravena velká místnost, ze stájí sociální zařízení s umývárnamy, sprchovacím koutem a lyžárnou, jídelna byla zvětšena o část chodby, chalupa dostala novou střechu, jakož i novou elektroinstalaci a rozvod vody, v současné době se připravuje velká dřevěná veranda. Za

čtyři roky zde odpracovali členové oddílu více než 4000 brigádnických hodin.

V budoucnu chce oddíl ještě adaptovat blízkou velkou stodolu a provést osvětlení tréninkové běžecké dráhy v prostoru Oldřichova. Významně nejdeckým lyžařům pomáhá závod PČP a jeho učňovské středisko, větší podporu očekává oddíl při dalších akcích od MěstNV v Nejdku. Současná ubytovací kapacita lyžařské chalupy je 30 lůžek, která jsou využívána zejména při každoročních vánočních tréninkových soustředěních.

Zvýšenou péči věnuje oddíl výchově mládeže. Mladší žákyně M. Petrlíková zvítězila 18. října v Karlových Varech v krajském přeboru lyžařů v přespolním běhu. V 3. ročníku přespolního běhu VŘSR v Nejdku získali místní lyžaři po sedmi prvních a druhých míst při účasti 95 startujících z pěti TJ. Perspektivně do roku 1980 by chtěl oddíl uspořádat mistrovství ČSSR v běhu na lyžích na 50 km a získat pro práci s mládeží další rodiče žáků a žákyní.

K. UZEL

LOMNICE NAD POPELKOU SKOKANSKÝM STŘEDISKEM

Lyžaři TJ Lomnice nad Popelkou se vyznamenali. Ve spolupráci s místními podniky Technolen a Meliorace během necelého půl roku oba skokanské můstky lyžařského areálu v Popelkách pokryly umělou hmotou a připravili tak důstojnou oslavu půlstoletého trvání lyžařského oddílu. Odpracováním více než 12 000 brigádnických hodin znovu potvrdili, že dovedou pomoci potřebné věci a investiční akcí v hodnotě 1,8 miliónu korun jim mohou mnozí závidět.

Rodiště mistra světa v letech na lyžích, zasloužilého mistra sportu Karla Kodejšky se může pochlubit pěkným skokanským střediskem, které bude sloužit závodníkům ze širokého okolí. Karel Kodejška byl také prvním skokanem na novém pěkném můstku. Závoje poslední říjnovou nedělí soustředily u startu také členy reprezentačních družstev, z nichž chyběli jen bratři Novákové pro náhlé úmrtí svého otce. Při slavnostním zahájení a rozdělení cen nechyběl ani předseda VSL ÚV ČSTV Karel Smola.

Lomničtí se dobře starají o výchovu mládeže a proto pochopitelně připravili i závod dorostenců. Z dospělých si odnesl prvenství člen reprezentačního týmu Jaroslav Balcar před svým bratrem Jindřichem a z dorostenců byl první domácí závodník Luděk Matura.

Muži: 1. Jaroslav Balcar 223,7 (62+62), 2. Jindřich Balcar 221,8 (63+63), 3. Vagenknecht 217,1 (59,5+60), 4. Felix (všichni ASVS Liberec) 211,3 (58+60,5), 5. Babiš 210,7 (59+60), 6. Kodejška (oba ASVS Banská Bystrica) 210,0 (59,5+60,5), 7. Sláma (ASVS Liberec) 208,0 (58,5+61,5), 8. Janouch (RH Strbské Pleso) 206,4 (58,5+59,5).

Dorostenci: 1. Matura (Lomnice n. Pop.) 195,6 (55,5+56,5), 2. Jiří Balcar (Dukla Liberec) 187,3 (56+55), 3. Černoch (MEZ Frenštát) 186,4 (55+55,5) a Jirásko (Dukla Liberec) 186,4 (56+57), 5. Vala (MEZ Frenštát) 175,9 (55,5+52,5).

Můstek má normový bod 55 m, startovalo 80 závodníků.

-jt-



Nejúspěšnější skokani zahajovacího závodu na hmotě o Cenu Lomnice nad Popelkou. Zleva Jindřich Balcar, Jaroslav Balcar a Karel Vagenknecht



Pohled na malý a střední můstek skokanského areálu v Lomnici nad Popelkou, pokryté umělou hmotou

Termínová listina lyžařských závodů

Přinášíme termínovou listinu vrcholných lyžařských soutěží v roce 1976.

LEDEN

4.—5. 1.: 21. ročník Velké ceny Slovenska (Evropský pohár), závod žen ve slalomu na Hrebienku a v obřím slalomu na Skalnatém Plese, pořadatel TJ Vysoké Tatry.

9.—13. 1.: Mezinárodní turné ve skoku na lyžích Bohemia, pořadatel org. výbor turné Bohemia. Jednotlivé závody: 10. ledna v Liberci, 11. ledna v Plavech, 13. ledna ve Spindlerově Mlýně.

12.—14. 1.: VI. ročník Juniorkritéria ve Spindlerově Mlýně, mezinárodní závod juniorů a juniorek ve slalomu a obřím slalomu, pořadatel VSL MV ČSTV Praha.

17.—21. 1.: Celostátní klasifikační závod dorostu ve slalomu a obřím slalomu v Poráčské dolině, pořadatel Lokomotiva Baně Spišská Nová Ves.

17.—18. 1.: Mistrovství ČSSR a přebor juniorů ČSSR v závodě sdruženém v Tanvaldě-Plavech, pořadatel Seba Tanvald.

Zimní mírové slavnosti, mezinárodní závod sdružený v Tanvaldě-Plavech, pořadatel Seba Tanvald.

18.—25. 1.: Skiinterkritérium, mezinárodní závod žactva ve slalomu, v obřím slalomu a dvojkombinaci ve Vrátné a v Říčkách, pořadatel organizační výbor Skiinterkritéria.

21.—25. 1.: Mezinárodní běžecké turné v Novém Městě na Moravě a ve Sliachi, pořadatel Sokol Nové Město na Moravě a OV ČSTV Zvolen.

21.—22. 1.: Mistrovství ČSSR družstev a II. celostátní kvalifikační závod v běhu, současně druhý kvalifikační

závod o postup na mistrovství ČSSR. Pořadatel Sokol Nové Město na Moravě.

22.—23. 1.: Mistrovství ČSSR družstev ve skoku na lyžích, pátý a šestý celostátní kvalifikační závod na Štrbském Plese, pořadatel TJ Vysoké Tatry.

24.—25. 1.: Mistrovství ČSSR ve skoku na lyžích na Štrbském Plese, pořadatel TJ Vysoké Tatry.

30.—31. 1.: Československý pohár družstev a první celostátní kvalifikační závod dorostu v závodě sdruženém v Tatranské Lomnici, pořadatel TJ Vysoké Tatry.

31. 1.—1. 2.: Celostátní kvalifikační závod dorostu v běhu na lyžích v Jablonci nad Nisou, pořadatel Naveta Jablonec.

Celostátní kvalifikační závod dorostu ve skoku na lyžích v Tatranské Lomnici, pořadatel TJ Vysoké Tatry.

ÚNOR

12.—15. 2.: Přebor ČSSR žactva ve sjezdových disciplínách na Šumavě, pořadatel Sokol Špičák.

13.—15. 2.: Přebor ČSSR žactva v závodě sdruženém v Selcích, pořadatel Stavomontáže Selce.

14.—15. 2.: Přebor ČSSR žactva ve skoku na lyžích v Selcích, pořadatel Stavomontáže Selce.

Československý pohár družstev a první celostátní kvalifikační závod v závodě sdruženém na Štrbském Plese, pořadatel RH Vysoké Tatry.

17.—19. 2.: Mistrovství ČSSR družstev a první celostátní kvalifikační závod ve sjezdových disciplínách (muži i ženy dva obři slalomu) ve Vrátné, pořadatel Slavia VŠD Žilina.

19.—22. 2.: Mistrovství ČSSR a přebory juniorů ČSSR v běhu na lyžích v Novém Městě na Moravě, pořadatel Sokol Nové Město na Moravě.

20.—22. 2.: Přebor ČSSR dorostu ve skoku a v závodě sdruženém v Liberci a na Bedřichově, pořadatel SVSM Dukla Liberec.

Přebor ČSSR dorostu v běhu na lyžích v Jilemnici, pořadatel Ski Jilemnice.

Mistrovství ČSSR družstev a první celostátní kvalifikační závod ve sjezdových disciplínách na Martinských hoších, pořadatel Strojírny Martin.

Československý pohár družstev a druhý celostátní kvalifikační závod v závodě sdruženém v Liberci a na Bedřichově, pořadatel SVSM Dukla Liberec.

24.—28. 2.: Mistrovství ČSSR ve sjezdových disciplínách a celostátní kvalifikační závod ve sjezdu v Harrachově a v Rokytnici nad Jizerou, pořadatel LIAZ Jablonec.

24. 2.: Mistrovství ČSSR v běhu mužů na 50 km a v běhu žen na 20 km v Novém Městě na Moravě, pořadatel Sokol Nové Město na Moravě.

27.—29. 2.: Mistrovství Evropy juniorů v klasických disciplínách v Liberci a na Bedřichově, pořadatel organizační výbor MEJ.

Přebor ČSSR žactva v běhu na lyžích na Štrbě, pořadatel Družstevník Štrba.

BŘEZEN

6.—7. 3.: Československý pohár družstev a třetí celostátní kvalifikační závod dorostenců v závodě sdruženém v Harrachově, pořadatel Jiskra Harrachov.

9.—10. 3.: Velká cena Demánovských jeskyň — Evropský pohár, závod mužů ve slalomu a obřím slalomu v Jasně, pořadatel TJ Jasná.

12.—16. 3.: Přebor ČSSR dorostu ve sjezdových disciplínách v Rokytnici nad Jizerou, pořadatel Spartak Rokytnice.

15.—17. 3.: Mistrovství ČSSR družstev a třetí celostátní kvalifikační závod v běhu na lyžích na Štrbském Plese, pořadatel RH Vysoké Tatry.

16.—17. 3.: Československý pohár družstev a třetí celostátní kvalifikační závod v závodě sdruženém na Štrbském Plese, pořadatel org. výbor Tatranského poháru.

19.—21. 3.: XI. ročník Tatranského poháru v klasických disciplínách na Štrbském Plese, pořadatel org. výbor Tatranského poháru.

Mistrovství ČSSR družstev, devátý a desátý celostátní kvalifikační závod ve skoku na Štrbském Plese, pořadatel org. výbor Tatranského poháru.

DUBEN

7.—11. 4.: Mistrovství ČSSR družstev a druhý celostátní kvalifikační závod ve sjezdových disciplínách ve Vysokých Tatrách, pořadatel Slavia VŠT Košice a Pokrok Krompachy.



V Jablonci nad Nisou byla již 1. července zahájena činnost střediska vrcholového sportu mládeže. Při výborných podmínkách i pro sjezdové disciplíny se vše rozjelo na plné obrátky. Na obrázku mladi sjezdaři a sjezdařky s trenérem Zdeňkem Králem

LYŽAŘSTVÍ

Ročník 61

Vedoucí redaktor JAROSLAV TROUSIL

OBSAH

	Číslo	Str.		Číslo	Str.
Politickovýchovné články a úvodníky			PhDr. F. Chovanec: Didaktické poznámky k lyžařskému výcviku začátečníků	1	9
K. Smola: Do roku 30. výročí osvobození Československa Sovětskou armádou	1	1	Z. Král: Výběr vhodných délek lyží pro děti	1	12
J. Trousil: Společné plénum lyžařů v Brně	1	2	K. Hudeček: Letní výcvikový tábor vimperské ZDŠ	1	15
Lyžaři zahajují spartakiádní soutěže	1	3	J. Kutheil: Práce trenéra před běžeckým závodem	2	9
Dr. V. Kovařík, CSc.: Další krok ke sjednocení výuky lyžování v ČSR	1	3	J. Maršík: Co nového v lyžařské odborné literatuře?	2	12
Ing. L. Harvan, CSc.: Vítězný februar v dejnách československého lidu	2	1	J. Maršík: Universální, funkční lyžování — orientované na žáky	3	9
J. Pilař: Lyžaři plní významné úkoly ČSTV	3	1	Ing. V. Hubička: Skončil X. kongres INTERSKI	4	2
J. Hoch: K osvobození vlasti Sovětskou armádou	4	1	Dr. O. Kulhánek: Sjezdová kombinace a její vyhodnocování	4	3
J. Pilař a J. Hoch: 30 let čs. lyžování	5	1	V. Půbal: Mazání běžeckých lyží a jeho prověrka před závodem	4	7
J. Trousil: Závazek skokanů k 30. výročí osvobození	5	15	Ing. P. Raclavský: Taktická příprava sjezdaře před závodem	4	8
Volba prezidenta republiky	6	1	PhDr. F. Chovanec: X. INTERSKI a běh na lyžích	4	9
K. Eidlpes: Spartakiádní vložka bola dobrou investíciou	6	13	I. Houdek: Kvalita — problém masového rozvoje lyžování	4	11
J. Trousil: Úspěch spartakiádních soutěží	6	16	R. Sauer: Školení cvičitelů I. třídy	4	16
J. Trousil: Po ČSS 1975 za další masový rozvoj TV	7	1	PhDr. S. Gájer: Zjazdové ukázky na INTERSKI 1975	5	7
Z. Remsa: Sezóna 1974—75 přípravou na ZOH 1976	8	1	J. Janda: Faktory ovlivňující rychlost přímého sjezdu	5	9
J. Trousil: Celý svět se připravuje na ZOH	9	1	Ing. J. Šrubař: Technologie výroby a parametry můstkové krytiny DUROFOL P	5	10
Ing. L. Harvan, CSc.: Další úlohy v politickovýchovnej práci	10	1	Dr. O. Kulhánek: Jak dál se závodem ve sjezdu	6	4
J. Trousil: Zlepšení výchovné práce u skokanů	10	11	PhDr. F. Chovanec: K didaktice běhu na lyžích	6	7
J. Trousil: ZOH 1976 se blíží	11	1	P. Mikeska: Start při skoku na lyžích	6	9
J. Trousil: V přípravě na ZOH	12	1			
Metodické materiály					
PhDr. F. Vaverka: Jak se odráží H. G. Aschenbach	1	7			

	Číslo	Str.		Číslo	Str.
Dr. J. Soukup: Z X. kongresu INTERSKI	7	7	J. Lukeš: K tréninku mladých sdruženářů	12	7
PhDr. J. Potměšil: Kontrola tělesné připravenosti běžců na lyžích	7	8	Dr. V. Daněk: K určování intenzity tréninku lyžařů běžců	12	8
J. Bartoš: Sportovní forma	7	10	Ing. P. Borský: Lyžařská výuka neorganizované veřejnosti	12	10
Ing. J. Jelemenský: Technické otázky umělých lyžařských svahů	7	12			
Ing. P. Borský: Druhý rok veřejné lyžařské školy	7	13			
V. Příbyl: Výcvik lyžařských cvičitelů	7	16			
J. Honců: Na běžkách stále rychleji	8	6			
Dr. J. Soukup: X. kongres INTERSKI očima cvičitelů lyžování	8	7			
G. Koubek: Formy různé — cíl stejný	8	8			
J. Nedomlel: Význam různorodosti zatěžování v tréninku vytrvalosti	8	9			
D. Kříž: Některé odlišnosti v technice jízdy na lyžích na umělé hmotě a sněhu	8	10			
T. Broda: Charakteristika sjezdových disciplín	8	11			
J. Maršík: Tréninková střediska mládeže v lyžování zahajují	8	13			
G. Joubert: Osobní kvality úspěšného sjezdaře	9	2			
PhDr. Chovanec: K současné pedagogické problematice lyžařského výcviku	9	7			
PhDr. J. Potměšil: Hodnocení všeobecné tělesné připravenosti běžců na lyžích	9	8			
T. Broda: Využití věkových zvláštností mládeže	9	9			
Dr. J. Soukup: Základní škola - sjednocení, pluralismus nebo vícekolejnost?	9	10			
Ing. P. Borský: Krátké lyže si razí cestu	9	11			
J. Vedral: Léto čs. sjezdařů a co říká odpovědný trenér	10	3			
Dr. O. Kulhánek: Nová pravidla lyžařských závodů	10	4			
T. Broda: K otázkám výběru talentů pro sjezdové disciplíny	10	7			
PhDr. F. Chovanec: Taktika v technice běhu	10	8			
V. Štekr: Efektivnost lyžařského výcviku na kursech Univerzity Palackého	10	10			
Dr. V. Hellebrandt: Lyžovanie na umelej hmote v tréningu prípravného obdobia zjazdára	10	11			
K. Eidlpes: Zamerané na ZOH v Innsbrucku	10	12			
K. Hudeček: Problematika náboru záků do sportovních tříd ve Vimperku	10	14			
P. Bartovský a J. Maršík: Čerpáme ze zahraniční literatury	11	7			
L. Fabián: Některé zákonitosti výkonnostního růstu mládeže	11	8			
J. Kutheil: Úroveň tělesné připravenosti družstva sdruženářů se zaměřením na výkonnost ve skoku	11	9			
PhDr. J. Novosad: Vývoj výzbroje a výstroje skokanů	11	16			
P. Bartovský a J. Maršík: Čerpáme ze zahraniční literatury	12	7			
			Lékařské články		
			Dr. K. Daněk, CSc., a kol.: Druhý den po příjezdu nejlepší hodnoty	3	10
			MUDr. V. Graus: Poškození kolenného zhybu při lyžování	4	12
			MUDr. H. Lukáčová: Lekár radí pretekárom	9	12
			MUDr. Z. Eliáš: Úloha INTERSKI v zábraně lyžařských úrazů	10	12
			Dr. K. Daněk, CSc., a kol.: Longitudinální vývoj zdatnosti lyžařů-běžců	11	11
			Dr. P. Vik: Hygiena spánku a sportovní výkon	11	13
			Zpravodajství		
			J. Kubát: 80 let bílou stopou	1	4
			K. Eidlpes: Nevadí, ide sa ďalej	1	6
			J. Čehovská: Dobrá práce východočeských lyžařů	1	6
			R. Ž.: Lyžařský vlek Ruprechtov	1	11
			A. Briatka: Skýcovskí lyžiari v príprave	1	11
			K. R.: Ozbrojené složky na kolečkových lyžích	1	14
			J. Čaněk: Slovanka na Božím Daru pěkným střediskem	1	14
			Čtyřicet let Horské služby	1	obálka
			J. Trousil: Rakušané zazářili v 23. Intersportturné	2	2
			J. K.: Malá Jizerka	2	3
			Rakušané vejdou ve Světovém poháru	2	4
			Moserová-Prölllová v čele Světového poháru	2	6
			Evropský pohár sjezdařů v plném tempu	2	6
			O. Janoušek: Lyžaři v Armádním středisku vrcholového sportu Dukla Liberec	2	9
			Mistrovství ČSSR družstev zahájeno	2	15
			-bri-: Lyžiari pýchou školy	2	16
			-mš-: Výcvikový tábor žactva	2	16
			J. Trousil: Skokanské turné přátelství trojnásobným úspěchem NDR	3	2
			Vavříny pro pět tisíc	3	5
			J. Trousil: Mistrovství ČSSR v lyžování zahájilo spartakiádní soutěže	3	6
			J. Trousil: Předolympijské závody úspěchem Seveřanů a rakouských skokanů	3	8
			Gustavo Thöni v čele Světového poháru před jeho závěrem	3	11
			Annemarie Moserová popáté vyhraje Světový pohár	3	12
			A. Husák: 5. ročník JUNIORKRITÉRIA ve Špindlerově Mlýně	3	12

	Číslo	Str.		Číslo	Str.
E. Š.: Spartakiádne vločky na Čertove	3	16	J. Trousil: Světový rekord a vítězství	11	4
Sjezd se reprezentantům nevydařil	4	4	Svýcara Steinera		
K. Eidipes: XX. Velká cena Slovenska	4	5	J. Trousil: Polák Bobak vítězem	12	10
Z. Paulů: Po juniorském ME v Lietu	4	12	Poháru Národní fronty		
A. Husák: 36. ročník VC Demänovských	4	13	-tr- Beskydská liga mládeže již popáté	12	12
jeskyň			24. ročník Intersportturné	12	13
J. Trousil: Zjařilé dorostenecké	4	14	Zasedání prezidia Interski	12	13
přebory ČSSR			A. Husák: Juniorské kritérium pošesté	12	14
F. Táborský: I ti nejmladší závodili	4	15	Ing. V. Setnička: Dvacet let Sokola	12	14
Rekordní Vasův běh	4	16	Senohraby		
J. Trousil: Kodejška dolétl pro zlatou	5	3	Žebříček sjezdařů	12	14
medaili			K. Uzel: Pestrá činnost lyžařů	12	14
Ing. L. Fusko: Tisíc bežcův na Bielej	5	6	Jiskry Nejde		
stope SNP			-jt- Lomnice nad Popelkou	12	15
B. Komeščík: Finále PO SSM v lyžování	5	13	skokanským střediskem		
J. Čehovská: Čs. spartakiáda — podíl	5	13			
českých lyžařů			Různé		
Mistrovství družstev ve skoku	5	15	Dr. O. Kulhánek: Nové pravidlo 26 MOV	1	5
A. B.: Spartakiádny pretek	5	16	J. Novotný: Vzpomínka na Rudlu Krňoula	1	9
F. B.: 170 spartakiádních vloček	5	16	F. Hurník: Portáš - Mekka gottwaldov-	1	13
ve Sklostroji			ských lyžařů		
Žebříček čs. skokanů	5	16	Nejvýznamnější čs. lyžařské závody	1	16
Mladý sdruženář	5	16	v únoru 1975		
J. Trousil: Jubilejní X. Tatranský pohár -	6	2	J. Weisshäutel: Materiálové vybavení	2	6
úspěch zahraničních účastníků			čs. běžeckých družstev		
Ing. P. Borský: Rakouský triumf uplynulé	6	3	Mladý sdruženář roku 1975	2	7
sezóny: Franz Klammer			Dr. K. Daněk, CSc.: Lyžování před naším	2	10
J. Jirsa: Stříbrná medaile B. Zemana na ME	6	5	letopočtem		
F. Táborský: Jubilejní X. ročník	6	6	Dr. O. Kulhánek: Pravidlový kongres	2	11
běžecké ligy			FIS 1975		
A. Husák: Úspěšné „Ski-Interkritérium“	6	11	M. Bělonožník: Zajímavosti ze skokanského	2	13
v Říčkách a ve Vrátné			sportu		
V. Albrecht: Studenec úspěšným pořadatelem	6	15	PhMr. Z. Tamele: Poskytování náhrad	2	14
přeborů žactva			rozhodčím lyžování		
Engadinský maratón	6	15	-jk-: MEJ 1976 v Liberci	2	15
Jarní závod skokanů	6	16	-bur-: Lyžařská výbroj v popředí zájmu	3	4
Dr. O. Kulhánek: Nevydařené finále	7	2	L. Rygl: Nové juniorské reprezentační	3	14
Světového poháru			družstvo sdruženářů		
Novináři na běžkách	7	3	-k-: Nejúspěšnější čs. sdruženář F. Zeman	3	15
J. Veďral: Jarní turné sjezdařů	7	3	-mš-: Slavnost skoro symbolická	3	15
J. Trousil: Kodejška králem bílé stopy	7	4	-k-: Lyžaři Seby Tanvald se činí	3	15
-sej-: Frenštátská večerní premiéra	7	5	-še-: Lídé s „deskami“	3	16
L. Hrnčiar: Slovenský bežci v Taliansku	7	15	-jk-: Nový vlek na Ještědu	3	16
K. Pawlica a D. Kuzmanová vítězi	7	15	Dr. O. Kulhánek: In memoriam - J. Jelínek	5	12
„Goralského klobúku“			Ing. M. Tušis: Novoměstští lyžaři	5	14
J. Trousil: Velká cena Frenštátu	8	6	v uplynulém roce		
-čer-: Na kolečkových lyžích v Turnově	8	6	L. Berger: Úspěšní žiaci SVŠT	5	14
-jk-: Turné LVT 1975	8	6	Dr. K. Novák: Nový řád úrazové	6	10
O. Ježek: K letní soutěži mladých skokanů	9	16	zábrany ČSTV		
Doc. J. Bogdálék: Rakousko před ZOH	10	2	A. Husák: Žebříček sdruženářů	6	12
ve sjezdových disciplínách			-jt-: Lyžování ve Vimperku sportem	6	14
J. Trousil: Rudi Tusch první na hmotě	10	13	číslo 1		
v Bad Aussee			-pů-: Nejúspěšnější nováček	6	14
-ek-: Tréninkové středisko mládeže	10	16	F. Táborský: Celostátní žebříčky	7	6
v Tanvaldě			v běhu na lyžích		

	Číslo	Str.		Číslo	Str.
Čs. reprezentační družstva lyžařů	7	11	Z. Remsa: Úspěšný průběh letního přípravného období	12	2
K. H.: Tréninkové středisko ve Vimperku	7	16	J. Honců: Na čem, v čem a s čím se bude běhat na ZOH	12	2
Dr. O. Kulhánek: Nová kvalifikační pravidla FIS	8	4	Dr. O. Kulhánek: Statut Světového poháru ve sjezdových disciplínách	12	4
J. Tremli: Lyžařská škola mládeže na Špičáku	8	14	-jt- Zpověď Bartošové a Pavlů	12	5
-jk-: Nejmodernější skokanský areál	8	15	J. Kutheil: Několik zážitků sdruženářů z Makarské	12	6
Dr. O. Kulhánek: Miloš Duffek	8	16	Plénum VSL ČÚV ČSTV	12	6
-es-: Ženy vládnou mužom	8	16	J. Maršík: Plán školení na I. čtvrtletí 1976	12	11
I. Zítek: Neuvěřitelné lyžařské sjezdy Sylvaina Saudana	9	5	J. Čehovská: Pospartakiádní akce českých lyžařů	12	13
Dr. O. Kulhánek: Lyžařské středisko Říčky	9	14	-jf- Vzpomínka na ing. J. Bancíře	12	13
Z činností sportovní třídy v Novém Městě na Moravě	9	15			
J. Trousil: Světový pohár 1975—76	9	16	Zahraničí		
-bor-: Odvážní muži na létajících prknech	10	3	-tr-: Příprava ZOH 1976	1	3
Jizerská padesátka	10	13	Ing. P. Borský: I lvi sjezdovek mají křehké kosti	2	8
Nový sekretariát FIS	10	13	Zajímavosti ze zahraničí	2	16
-šle-: Z historie lyžařské knihovničky	10	14	Dr. O. Kulhánek: FIS zakročuje	3	4
A. T.: 25 let národního podniku SPORT	10	15	Zahraniční zajímavosti	3	8
Za Karlem Papežem	10	16	Dr. O. Kulhánek: Nové hodnocení Světového poháru uspělo	5	11
Smrt JUDr. Ivana Marušiaka	10	16	Kongres FIS	6	16
K. Eidlpes: Výsledky Interkritéria zavazují	11	5	Dagmar Kuzmanová vítězkou Evropského poháru	7	5
J. K.: Liberec přivítá nejlepší juniory Evropy	11	12	Program ZOH 1976	7	16
J. Čehovská: Co po Spartakiádních vločkách?	11	13	J. Mráz: Jubilejní kongres FIS v San Francisku	8	3
K. Eidlpes: Zodpovednosť za výchovu talentov	11	14	Ing. P. Borský: Vražedná vysokohorská sezóna	11	3
V. Šlechta: Jak se lyže dostaly do střední Evropy	11	14	-tr-: Sovětští lyžaři se připravují	11	6
Dr. O. Kulhánek: Noví ústřední lyžařští rozhodčí	11	15	Kanadští lyžaři v Evropě	11	12
Poslední v přípravném období	12	obálka	Také Američané na hmo:ě	11	12
Dva oddíly společnými silami	12	obálka			

DVA ODDÍLY



Společnými silami a zvýšeným brigádnickým úsilím lyžařské oddíly MEZ Frenštát a TJ Rožnov v podzimních měsících začaly s obnovou lyžařského můstku na Pustevnách v nadmořské výšce 1000 m. Má umožnit mladým skokanům beskydské oblasti pravidelný trénink v zimním období. Sníh na hřebenech Beskyd bývá celou zimu až do března, zatímco pěkné můstky s umělou hmotou ve Frenštátě a Rožnově již několik sezón jsou bez sněhu a nedá se na nich skákat.

Trénink na sněhu talentovaným skokanům z beskydské oblasti chybí. Již v letošní zimě mají zatím na provizorním můstku s normovým bodem 35 m skákat. Vzápět před druhou světovou válkou na můstku na Pustevnách skákali i vynikající norští skokani bratři Ruudové a rekord můstku vytvořil jejich krajan Andersen skokem 56 m. Po válce se dřevěná nájezdová věž rozpadla a na můstku s přírodním nájezdem začínal i olympijský vítěz Jiří Raška. V posledních letech nájezd i doskočiště zarostly maliním a křovínamí a nikdo by nevěřil, že zde býval lyžařský můstek. Stovky brigádnických hodin lyžařů MEZ Frenštát pod vedením ing. J. Sedláčka a TJ Rožnov vedených J. Solanským učelaly divy. Jsou všechny předpoklady, že na prvním sněhu se zde již bude skákat.

Na prvním obrázku brigádnická parta TJ Rožnov, na druhém pohled na upravované doskočiště, na třetím olympijský vítěz Jiří Raška, který nechybí mezi brigádníky MEZ Frenštát.

společnými silami



