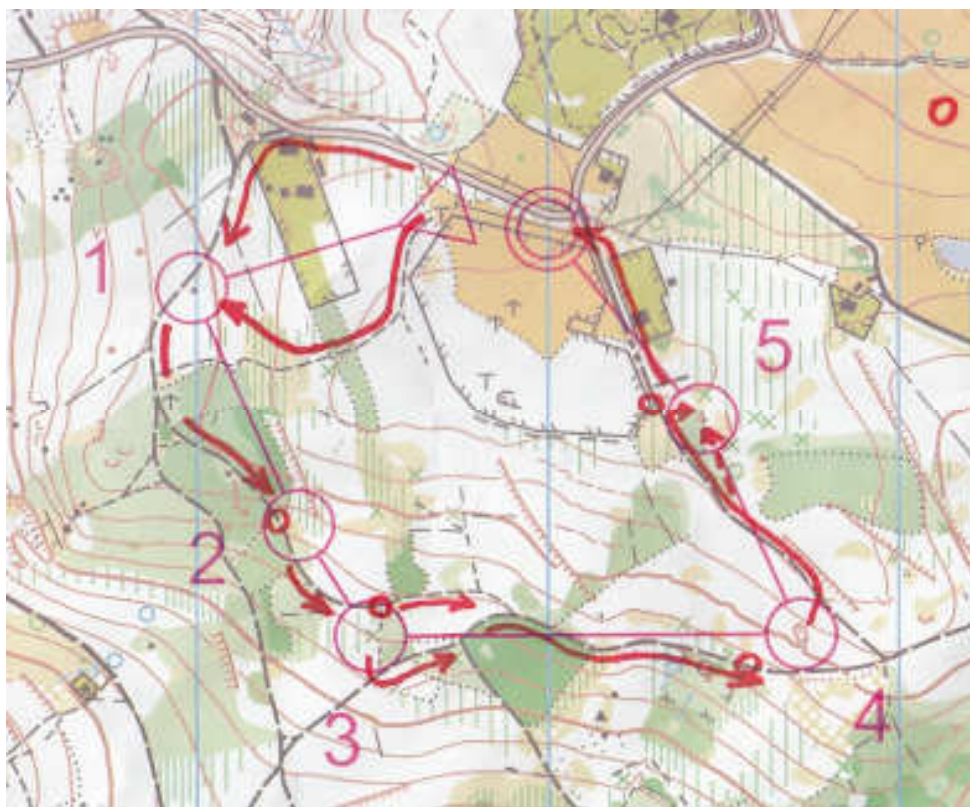


Tratě opět ve stylu krátké tratě – nyní již v závodním měřítku 1:10000, což mohlo činit někomu potíže. Cílem tréninku bylo volit jisté, ale rychlé postupy, s velkou jistotou „bez dohledávky“ – takže raději obíhačky s přesně připravenou trasou ke kontrole.

HD10

jednodušší trať po cestách s náročnější dohledávkou na kontrole č.3. Všechny děti to zvládly.

- 1 – všichni běželi po silnici – je to jistější, kontrola na „tutovku“
- 2 – jasný postup, nutnost hlídat správnou cestu na rozcestí a správně zvolit jistý bod (roh hustníku)
- 3 – jasný postup, správnou odbočku neodpočítávat, ale hlídat si i porosty (hustník před cestičkou)
- 4 – kontrola mimo cestu – najít jistý bod, od kterého si chytit směr ke kontrole (roh hustníku, případně následující křižovatka cest)
- 5 – co nejdřív odvážně do kopce na další cestu, pak lépe doběhnout k jistému bodu (roh plotu), než to sekat podivným hustníkem (to se nevyplatilo, dohledávali)



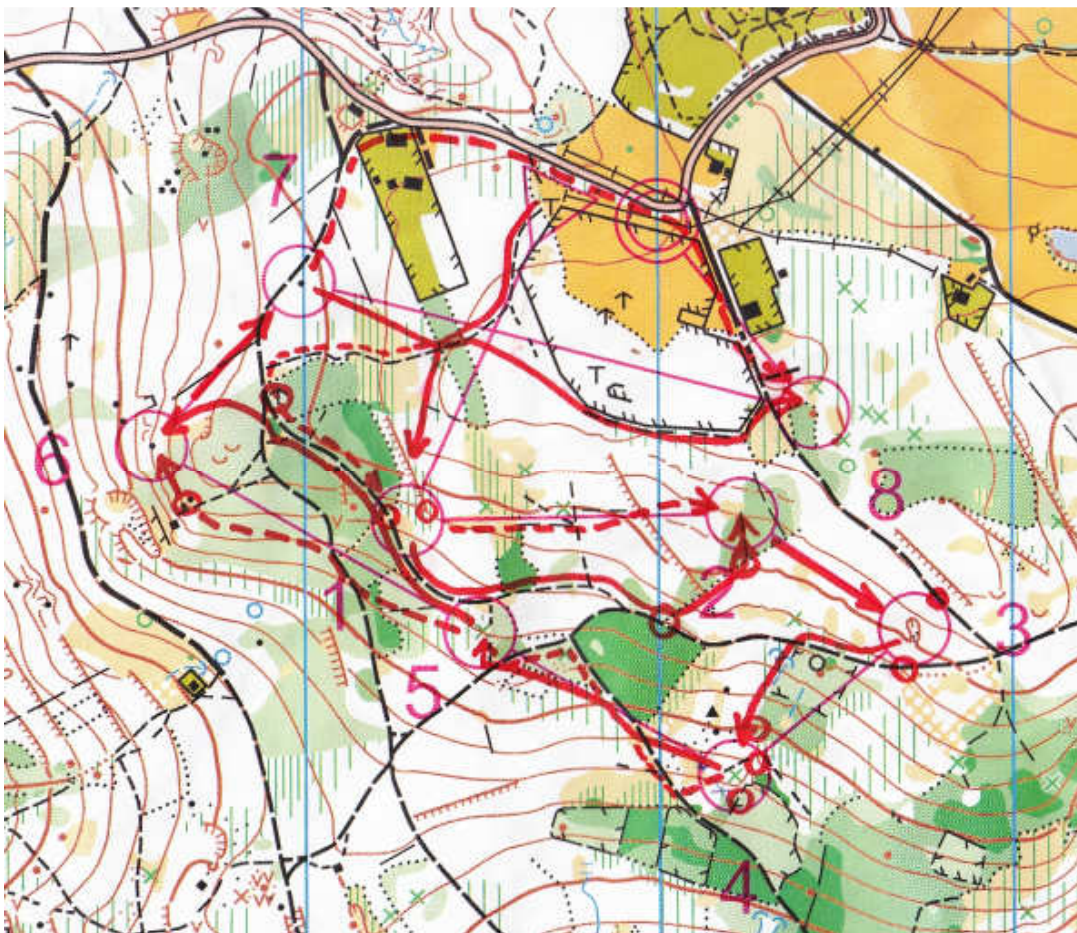
HD14

Zaměřit se na volbu postupu – zvolit podle svých dovedností – jinak by to běžel mistr světa (asi skoro všechno rovně) a jinak D12. Dbát na precizní přípravu doběhu na kontrolu – jisté body, čistý popis kontroly.

- 1 – nikdo neobíhal. Avšak méně zkušený s tím přímým postupem měli docela problémy (podrost, divné tvary hustníku) – zamyslete se, zda by bylo obíhání opravdu pomalejší.
- 2 – Nejsme (zatím) mistři, takže postup po cestě je sice o pár vteřin pomalejší, ale dohledávka tutová – vyplatí se.
- 3 – jen jsme si ověřil, zda umíte číst vrstevnice – asi bez problémů, ne?
- 4 – nejtěžší dohledávka – někdo šel rovně kolem hustníku zleva, nu dobrá – asi je to rychlejší, ale trochu nejisté a neklidné. Na jistotu lépe seběhnout na cestu (šíkmo), na cestě si (za běhu) připravit

jisté body u kontroly (roh hustníku, oplocenka, údolíčko), šup doprava a mezi šutry a smrčky seběhnout přímo ke kontrole. Kdo běžel napospas osudu z kopce (hurá!) a nebo nečetl popisy, tak tam někam vlítl a čekal, že uvidí kontrolu. Nebyla? Tak se začal dívat do mapy, tj. dělal to samé, co chytřejší z vás už měli vymyšlené nahoře na cestě.

- 5 – žádný postup nebyl chybný, dalo se i seknout na konci hustníkem
- 6 – tady chtělo nelitovat těch dvou vrstevnic, oběhnout kolem krmelce a pak podél hustníku a lomečku trefit přesně kontrolu. Variantní postup po vrstevnici je asi jen pro mistry, ale s větším rizikem minutí kontroly na dohledávce.
- 7, 8 – tam už nebylo co řešit, rozhodně co nejkratší cestou, na 8 podél oplocenky (takže ta čárkovaná jen pro úplné začátečníky – obdoba HD10).



Závěr a poučení:

Dobíhat na kontrolu se musí na jistotu – k tomu slouží jistý bod!

I mezi kontrolami je lepší běžet na jistotu (rychlou obíhačkou), než volit mapově složitější postupy (pomalejší běh).

Před kontrolou v nepřehledném terénu je třeba číst popisy (např. č.4 v HD14).

Na závod je třeba se soustředit již pár minut před startem.