

ROČENKA

1972

ORIENTAČNÍ BĚH

PROČ ?

- Vhodná forma aktivního odpočinku po práci nebo po učení
- Nejen fyzický pohyb, ale i dokonalá znalost práce s mapou a buzelou a taktické myšlení jednotlivce
- Nejvhodnější sportoviště - zdravá příroda
- Pestrost terénu z tratí
- Různé druhy závodů - lyžařské - noční
- Možnost soutěžení v každém věku

VÝZNAM

Upevnění zdraví, zvyšování či udržování tělesné zdatnosti, cílevědomý trénink a závodění působí na morální, politickou, odborně technickou, tělovýchovnou i psychologickou složku každého sportovce.

Orientační běh rozvíjí morálně volní vlastnosti člověka i jeho přizpůsobivost přírodnímu prostředí, odolnost proti výkyvům počasí, i schopnost ekonomicky překonávat značné vzdálenosti a orientovat se v neznámém prostředí, stojí na jednom z prvních míst z hlediska branného významu mezi ostatními činnostmi v ČTO.

ODDÍL ORIENTAČNÍHO BĚHU TJ JIČÍN

Výbor oddílu 1972 :

předseda: ing. Bohumír Procházka

zástupce: ing. Josef Stránský

org. prac.: Jaroslav Havlík

hospodář: Jaroslav Jandura

prop. prac.: Jindřich Vodička

ROZHODČÍ I. tř.

ing. Bohumír Procházka

Jaroslav Havlík

TRENÉR II. tř.

Jaroslav Havlík

KARTOGRAFOVÉ

Jindřich Vodička

ing. Radvan Bednář

V Ý S L E D K Y 1 9 7 2

Seznam závodníků I. VT

1. Tížek Karel	14. Vozobulová Věra
2. Šmatolán Luboš	15. Pícková Věra
3. Ulehla Jan	16. Frýbová Renata
4. Folprecht Miroslav	17. Roubalová Jana
5. Konopáč Miloslav	18. Dudková Věra
6. Novák Zdeněk	19. Vodičková Zdena
7. Nožička Miloslav	20. Bednářová Olga
8. Šmatolán Bohuslav	21. Zakouřilová Jana (N)
9. Vodička Jindřich	22. Turčín Mil. (N)
10. Bien Jiří	23. Konopáč Jiří (N)
11. Bednář Radvan	24. Bočková Věra (N)
12. Havlík Jaroslav	25. Benešová Hana (N)
13. Zakouřil Václav	26. Malá Ivana (N)

MISTROVSTVÍ ČSSR v LOB 19. 2. 1972 OPAVA

M 13	1. Jiří Konopáč 6. Zdeněk Dostál	zlatá medaile
M 15	3. Miloslav Konopáč 9. Šmatolán Luboš 19. Tomáš Petrán 20. Karel Tížek	bronzová medaile
M 17	10. Zdeněk Novák 16. Vlast. Vágner	
M 19	5. Bohuslav Šmatolán 12. Stanislav Babák	
M 21	1. Václav Zakouřil 2. Jiří Bien 11. Josef Zahradník 18. Bohumír Procházka 21. Radvan Bednář 28. Jaroslav Vágner 40. Miroslav Novotný	zlatá medaile stříbrná medaile

M 35	3. Jaroslav Havlík	bronzová medaile
D 15	2. Věra Picková	stříbrná medaile
	4. Ivana Malá	
	5. Jana Potuchová	
D 17	8. Sona Fišerová	
	10. Jana Roubalová	
D 19	2. Věra Dudková	stříbrná medaile
	6. Jana Sokolovská	
D 21	11. Dana Havlíková	
	14. Zdena Vodičková	

MISTROVSTVÍ ČSSR v LOB - štafety

Muži

1. TJ Jičín	Bien, Havlík, Zakouřil	zlatá medaile
5. TJ Jičín	Vágner, Zahradník, Vágner	
11. TJ Jičín	Novotný, Procházka, Beunář	

Dorost

5. TJ Jičín	M. Konopáč, Šmatolén, Konopáč J.	
-------------	----------------------------------	--

Ženy

3. TJ Jičín	Vodičková, Havlíková, Dudková	bronzová medaile
-------------	-------------------------------	------------------

MISTROVSTVÍ ČSSR 2. 9. 1972 - Pezinok

M 15	5.	Luboš Šmatolán
	6.	Miloslav Konopáč
M 17	7.	Zdeněk Novák
M 19	14.	Don. Šmatolán
M 21	17.	Václav Zakouřil
	30.	Jindřich Vodička
	39.	Radvan Bednář
M 35	6.	Jaroslav Havlík

MISTROVSTVÍ ČSSR 3. 9. 1972 Pezinok - štafety

Dorostenci:

3.	TJ Jičín	Folprecht, Novák, Nožička	bronzová medaile
4.	TJ Jičín	Konopáč J., Šmatolán, Konopáč M.	

Dorostenky:

3.	TJ Jičín	Benešová, Picková, Roubalová	bronzová medaile
----	----------	------------------------------	------------------

MISTROVSTVÍ ČSSR v nočním OB - Gottwaldov 28. 10. 1972

D 15	3.	Věra Picková	bronzová medaile
	10.	Hana Benešová	
D 17	6.	Jana Roubalová	
M 15	15.	Mil. Konopáč	
	22.	Tomáš Petrýn	
	25.	Luboš Šmatolán	
	30.	Lad. Spousta	
M 17	6.	Zdeněk Novák	
	24.	Mir. Folprecht	

M 21 24. Jindřich Vodička

M 35 5. Jaroslav Havlík

MISTROVSTVÍ ČSR 26. 8. 1972 - Jihlava

D 15 8. Hana Benešová

D 17 14. Jana Roubalová

D 21 11. Olga Bednářová
12. Jana Zakouřilová

M 13 1. Jiří Konopáč zlatá medaile
7. Vlad. Dubský
17. Josef Beneš

M 15 3. Mil. Konopáč bronzová medaile
6. Lub. Šmatolán

M 17 9. Zdeněk Novák

M 19 7. Bohuslav Šmatolán

M 21 5. Václav Zakouřil
22. Jindřich Vodička
29. Radvan Bechnář

M 35 9. Jaroslav Havlík

MISTROVSTVÍ ČSR 27. 8. 1972 - štafety

Dorost:

3. Nožička, Novák, Folprecht bronzová medaile

4. Konopáč J., Šmatolán, Konopáč M.

Dorostenky:

3. Benešová, Roubalová, Pícková bronzová medaile

Ženy:

3. Dudková, Zakouřilová, Bednářová bronzová medaile

II. liga - dorost

závody: SF Praha, Sparta Praha, Liberec, Kladno, Slaný

1.	TJ Jičín	794 bodů
2.	Ji Nový Bor	761
3.	Ji Aš	701
4.	Slavoj Ústí n. l.	634
5.	Liaz Jablonec	624
6.	STM Chomutov	621
7.	Ji Nový Bor B	467
8.	PF Hr. Králové	456
9.	Loko Praha	452
10.	Praga Praha	396
11.	Loko Pardubice B	363
12.	Sokol Lipnice	356
13.	Ji Otovice	276

I. liga - dospělí

závody: Brno, Brno, Rača Bratislava, Gottwaldov, Kroměříž,
Nový Bor, Jičín

1.	Sl VŠ Praha	1 448
2.	TJ Gottwaldov	1 388
3.	VŠZ Brno	1 387
4.	SF Praha	1 184
5.	Rapid Bratislava	1 066
6.	VŠB Ostrava	1 022
7.	TJ Jičín	817
8.	VS Plzeň	807
9.	Loko Pezinok	778
10.	VST Košice	680
11.	Ji Nový Bor	673
12.	Loko Brno	631
13.	VSD Žilina	510
14.	Ji Otrokovice	396

ŽEBŘÍČKY 1972

Východočeská liga

- D 10 3. Mojdanová Iva
10. Košíčková Jitka
- D 13 6. Kaňrdová Ludmila
- D 15 4. Pícková Věra
6. Benešová Hana
8. Malá Ivana
10. Petrová Jana
- D 17 2. Frýbová Renata
6. Fišerová Sona
10. Roubalová Jana
- D 19 1. Sokolovská Jana
- D 21 1. Bednářová Olga
2. Zakouřilová Jana
8. Vodičkové Zdena
- M 13 1. Konopáč Jiří
3. Beneš Josef
4. Dubský Vladimír
8. Dostál Zdeněk
16. Stránský Petr
- M 15 1. Konopáč Mil.
2. Šmatolán Lub.
3. Třízek Karel
6. Ulehla Jan
9. Tomáš Petrán
13. Mil. Turčín
- M 17 4. Novák Zdeněk
12. Vágner Vlastislav
- M 19 3. Šmatolán Boh.
8. Babák Stanislav
9. Hudský Jan

M 21 1. Václav Zakouřil
2. Radvan Bednář
4. Jindřich Vodička
5. Jiří Bien
20. Jaroslav Vágner

M 35 3. Jaroslav Havlík
14. Josef Stránský

" ČESKÝ POHÁR "

M 13 1. Jiří Konopáč
2. Vlad. Dubský
7. Beneš Josef
11. Stránský Petr
12. Dostál Zdeněk
16. Holas Frant.

M 15 1. Miloslav Konopáč
2. Luboš Smatolán
5. Jan Ulehla
15. Tomáš Petrán
16. Karel Tížek

M 17 12. Novák Zdeněk

M 19 9. Hudský Jan

M 21 3. Václav Zakouřil
6. Jindřich Vodička
10. Radvan Bednář
21. Bien Jiří
56. Stránský Vlad.

M 35 3. Havlík Jaroslav

- D 13 4. Tulková Dana
 5. Kalkrdová Lída
 10. Hanušová Milena
- D 15 2. Picková Věra
 8. Benešová Hana
- D 17 6. Roubalová Jana
 15. Frýbová Renata
- D 21 2. Bednářová Olga

ČESKOSLOVENSKÝ POKÁŘ

- ME 21. Zakouřil Václav
- D 15 5. Věra Picková
- M 15 16. Konopáč Mil.
 27. Šmatolán L.
 39. Tížek Karel
 43. Petrán Tomáš
- D 17 14. Roubalová Jana
 20. Frýbová Renata
- M 17 31. Novák Zdeněk
- D 19 17. Dudková Věra
- M 19 15. Šmatolán Boh.
- D 21 4. Bednářová Olga
 13. Zakouřilová Jana
- M 21 25. Vodička Jindřich
 34. Bednář Radvan
 42. Havlík Jaroslav

CELOSTÁTĚ ŽEBŘÍČEK V LYŽAŘSKÉM OB

- M 13 2. Konopáč Jiří
 6. Dubský Zdeněk
 8. Stránský Petr
- M 15 3. Šmatolán Luboš
 6. Konopáč Jiří
 12. Petrán Tomáš
 14. Tížek Karel
- M 17 10. Novák Zdeněk
- M 19 6. Šmatolán Boh.
 9. Babák St.
 10. Hudský Jan
- M 21 1. Zakouřil Václav
 12. Bien Jiří
 19. Vodička Jindřich
 20. Procházka Bohumír
- M 35 1. Jaroslav Havlík
 6. Stránský Josef
- D 15 3. Věra Picková
 4. Ivana Melá
 5. Jana Petrová
- D 17 5. Fišerová Soňa
 6. Reubalová Jana
- D 19 4. Dudková Věra
 5. Sokolovská Jana
- D 21 5. Havlíková Dana
 7. Zakouřilová Jana
 10. Vodičková Zdena

SOUTĚŽE ODŘÍLU V ZÁVODECH 1. stupně - ZISK POHÁRU A CEN
ZA 1. místo :

Cena n. p. Borské sklo	27. 5. 1972
Rutovní cena za štafety	27. 5. 1972
Putovní cena nejlepšímu závodníkovi	Havlík
Cena CKD Praha	11. 6. 1972
Východočská liga - Pohár	
Pohár města Prahy	24. 6. 1972
Ozubené kolo - Slaný	10. 8. 1972
Kovaná Lucerna	14. 10. 1972
Memoriál J. Obdržalky	21. 10. 1972
Štít SCSP - Ústí n. Labem	21. 10. 1972

VÝSLEDKY MISTROVSTVÍ EVROPY v LOB - Bulharsko 4. března 1972

Ženy:

1.	Kukkonen Sinika	Finsko
2.	Bogsted Marianne	Švédsko
3.	Kuklina Lidia	SSSR
4.	Niemela Lidia	Finsko
5.	Knusten Anita	Švédsko
6.	Hanzlová Anna	ČSSR
7.	Aneson Elsa	Švédsko
8.	Monspart Sarolta	Maďarsko

Muži:

- | | | |
|-----|-------------------|---------|
| 1. | Åxelsson Jerker | Švédsko |
| 2. | Hook Bertil | Švédsko |
| 3. | Pekälä Pekka | Finsko |
| 4. | Karvonen Jarmo | Finsko |
| 5. | Persson Stefan | Švédsko |
| 6. | Kostainen Veiko | Finsko |
| 7. | Talvanainen Veijo | Finsko |
| 8. | Wigert Ingve | Švédsko |
| 9. | Zakouřil Václav | CSSR |
| 10. | Weltzein Eystein | Norsko |

DRUŽSTVA

- Muži:
1. Švédsko
 2. Finsko
 3. CSSR
- Zakouřil - Karmazin - Franko

- Ženy:
1. Finsko
 2. Švédsko
 3. CSSR
- Hanzlová - Dohnalová - Vanclová

VÝSLEDKY MISTROVSTVÍ SVĚTA v OB 1972

Muži:

1.	Hadler Ago	Norsko
2.	Berge Stig	Norsko
3.	Frién Bernt	Švédsko
4.	Hulliger Dieter	Švýcarsko
5.	Uher Petr	ČSSR
6.	Wolf Dieter	Švýcarsko
7.	Nuurez Risto	Finsko
8.	Lenhart Zdeněk	ČSSR
9.	Takvanainen V.	Finsko
10.	Carestrom Cen	Švédsko
22.	Borůvka Josef	ČSSR
31.	Jaša Jaroslav	ČSSR
42.	Hořánek Jaroslav	ČSSR

Ženy:

1.	Monspart Sarolta	Maďarsko
2.	Seppä Porje	Finsko
3.	Larssen Brigita	Švédsko
4.	Lindqvist Ulla	Švédsko
5.	Hadler Ingrid	Norsko
6.	Vesjalainen Lirsa	Finsko
7.	Danielsen Kristin	Norsko
8.	Johanson Birgita	Švédsko
9.	Harvát Maeda	Maďarsko
10.	Mertová Neda	ČSSR
11.	Vlachová Renata	ČSSR
14.	Hanzlová Anna	ČSSR
16.	Folprechtová Eva	ČSSR

MS OB 1972 - štafety

Muži:

1. Švédsko
2. Svýcarsko
3. Madarsko
4. ČSSR (Borůvka, Uher, Lenhart, Jašek)

Ženy:

1. Fínsko
2. Švédske
3. ČSSR (Mertová, Vlachová, Hanzlová)

Vyhodnocení nejlepších závodníků oddílu v sezoně 1972

Despělí:

Václav Zakouřil, repr. ČSSR v LOB

9. místo na mistrovství Evropy - jednotlivci
3. místo v soutěži družstev pro ČSSR
1. místo mistr. ČSSR v LOB jednotlivci
1. místo mistr. ČSSR LOB štafety
1. místo v Českosl. žebříčku v LOB
5. místo na mistr. ČSR - Jihlava
3. místo v Českém poháru

Olga Bednářová - repr. ČSSR v LOB

3. místo na mistr. ČSR štafety
 4. místo v Československém poháru a postup do kategorie D-Elita
 2. místo v Českém poháru
- výborné výkony ve všech 1. ligových závodech

Mládež:

Jiří Konopáč : Přeborník ČSSR v LOB
Přeborník ČSR v OB
kat. M 13 1. místo v Českém poháru

Věra Pícková: 2. místo Přebor ČSSR v LOB
3. místo Přebor ČSSR v NOB
kat. D 15 3. místo Přebor ČSR - štafety
3. místo Přebor ČSSR - štafety
2. místo v Českém poháru
5. místo v Československém poháru

PŘEBOR TJ JIČÍN v nočním a denním OB.

Blata 18. 11. 1972

Přeborníky se stali:

M 10	Všetečka Petr
M 13	Konopáč Jiří
M 15	Konopáč Miloslav
M 17	Novák Zdeněk
M 21	Václav Zakouřil
M 35	Ing. Josef Stránský
M 43	Mudr. Bosák Vlad.
D 10	Tulková Jana
D 15	Pícková Věra
D 17	Frybová Renata

Hodnotné výsledky v závodech I. stupně

Celostátní finále SHM při MS 72 - 15. 9. 1972 - Doksy

Družstva: 1. Brno
2. Jičín
3. Gottwaldov

Jednotlivci:

M 10	4.	Všetečka Petr Pokorný Kurt
M 13	8.	Jiří Konopáč
	14.	Vlad. Dubský
M 15	7.	Šmatolán Lub.
	8.	Konopáč Mil.
D 10	4.	Matějková Vendula Kaizlerová Dana
D 13	4.	Tulková Dana
	12.	Hanušová Milena
D 15	4.	Picková Věra
	14.	Benešová Hana

Mezinárodní třídní závody 4. - 6. 8. 1972 - Opava

M 13	3.	Jiří Konopáč
	10.	Josef Beneš
D 21	2.	Bednářová Olga
	3.	Zakouřilová Jana
D 13	8.	Tulková Dana
D 10	1.	Pelcová Dana
	5.	Tulková Jana

Pohár Lokomotivy Brno 3. 6. 1972 - Brno

M 10	2.	Všetečka Petr
D 10	1.	Pelcová Dana
	2.	Kožlíčková Jitka
	3.	Tulková Jana
	4.	Kaizlerová Dana

D 13 1. Tulková Dana
8. Kahrdová Lída

D 15 5. Pícková Věra

Soutěž oddílů: 1. TJ Gottwaldov
2. TJ Jičín
3. Tesla Brno

Pohár míru 18. 6. - Bratislava

D 21 2. Olga Bednářová
8. Zdena Vodičková

Pohár Gottwaldova 1. 7. 1972

D 13 4. Tulková Dana
D 21 2. Bednářová Olga
4. Zakouřilová Jana
M 13 3. Jiří Konopáč
M 15 4. Mil. Konopáč
M 19 8. Boh. Šmatolán

Pohár Hravých Athén 2. 7. 1972

D 21 2. Bednářová Olga
D 13 3. Tulková Dana
7. Adamcová Renata
D 10 1. Matějková Vendula
2. Kožíčková Jitka
4. Tulková Jana
M 13 5. Jiří Konopáč
8. Jos. Beneš
M 10 2. Všeťečka Petr

Varhany - 30. 9. 1972 Nový Ber

- D 13 4. Manušová Milena
 5. Kaizlerová Dana
- D 15 3. Pieková Věra
 9. Benešová Hana
- D 17 8. Roubalová Jana
- D 19 8. Dudková Věra
- D 21 1. Bednáčová Olga
 6. Zakouřilová Jana
- M 13 1. Konopáč Jiří
 6. Beneš Josef
- M 21 7. Bien Jiří

Cena Východu Čech 21. 5. 1972

- D 10 1. Tulková Jana
- D 17 5. Roubalová Jana
- D 21 7. Vodičková Zdena
- M 10 3. Vsetečka Petr
- M 13 2. Konopáč Jiří
 3. Dubský Vlad.
 5. Beneš Josef
- M 15 1. Konopáč Miloslav
- M 17 5. Novák Zdeněk
- M 19 6. Šmatolán Boh.
- M 21 7. Václav Zakouřil
- M 35 4. Jaroslav Havlík

Ještědský Pohár 10. 6. 1972

D 13	4.	Lída Kalčrdová
D 15	2.	Věra Pícková
	8.	Petrová Jana
	9.	Benešová Hana
D 19	4.	Věra Dudková
D 21	5.	Olga Bečdnářová
M 13	1.	Konopáč Jiří
	2.	Dubský Vlad.
	6.	Holas Jiří
	10.	Dostál Zdeněk
M 15	2.	Konopáč Miloslav
	3.	Šmatolán Lub.
	8.	Jan Ulehla
M 19	4.	Šmatolán Boh.
	10.	Hudský Jan
M 21	12.	Václav Zakouřil
M 35	4.	Jar. Havlík

Cena ČKD Praha 11. 9. 1972

D 13	8.	Matějková Vendula
D 15	3.	Pícková Věra
D 17	10.	Fišerová Soňa
D 19	4.	Dudková Věra
D 21	2.	Bečdnářová Olga
M 13	1.	Konopáč Jiří
	6.	Stránský Petr
M 15	1.	Šmatolán Luboš
	3.	Konopáč Mil.
	4.	Třížek Karel
	8.	Ulehla Jan
M 21	4.	Zakouřil Václav

M 35 6. Vodička Jindřich
 1. Jaroslav Havlík

Pohár Prahy 24. 6. 1972

M 21 3. Radvan Bednář
 7. Jindřich Vodička

M 35 5. Jar. Havlík

M 17 2. Novák Zdeněk
 4. Lang Jaroslav

M 15 1. Mil. Konopáč
 3. Šmatolán Luboš.
 4. Spousta Lad.
 5. Tížek Karel

M 13 1. Konopáč Jiří
 2. Dubský Vlad.
 6. Beneš Josef

M 10 1. Všečetka Petr
 3. Pokorný Kurt

D 10 1. Tulková Dana
 2. Pěníčková Olga

D 13 1. Tulková Dana
 3. Kahrdeová Lída

D 21 2. Vodičková Zdena

D 17 3. Frýbová Renata
 7. Roubalová Jana

D 15 2. Pícková Věra

Kladno 9. 9. 1972

- D 10 7. Jana Tulková
 8. Iva Majdanová
 9. Dana Peřicová
 10. Vendula Matějková
- M 10 1. Všeťečka Petr
 2. Pokorný Kurt
- D 13 3. Dana Tulková
 4. Milena Hanušová
- M 13 1. Jiří Konopáč
 2. Vlad. Dubský
 3. Josef Beneš
 8. Petr Stránský
- D 15 2. Věra Pícková
- M 15 1. Luboš Šmatolán
 2. Mil. Konopáč
 6. Tomáš Petrán
- D 17 7. Renata Frýbová
- M 17 3. Mír. Felprecht
- M 19 6. Jan Hudský
- D 21 1. Olga Bednářová
- M 21 6. Jindřich Vodička
 8. Radvan Bednář

Ozubené kolo - Slaný 10. 9. 1972

- M 10 2. Všeťečka Petr
 5. Pokorný Kurt
- M 13 3. Dubský Vlad.
 4. Konopáč Jiří
 10. Dostál Zdeněk

- M 15 1. Konopáč Mil.
 6. Šmatolán Lub.
 10. Petrán Tomáš
- M 17 4. Novák Zdeněk
 10. Nožička Miloslav
- M 21 5. Vodička Jindřich
- D 10 1. Tulková Jana
 3. Pelcová Dana
 5. Kaizlerová Dana
 6. Majdanová Iva
 8. Mačejková Vendula
- D 13 2. Kahrdová Lída
 3. Tulková Dana
 8. Hanušová Milena
- D 15 2. Pícková Věra

Noční Nový Bor 27. 5. 1972

- M 15 1. Ulehla Janx
 2. Turčíg Miroslav
 3. Petrán Tomáš
 4. Šmatolán Lub.
 5. Tížek Karel
 6. Spousta Lad.
 7. Konopáč Mil.
- M 17 4. Ruppert F.
- M 19 1. Hudský Jan
- M 35 1. Jaroslav Havlík
- D 15 1. Věra Pícková
- D 21 3. Jana Zakouřilová
- M 13 1. Konopáč Jiří
 Benaš Josef

3. Dubský Vlad.
Dostál Zdeněk
- D 13 2. Matějková Vendula
Tuřková Dana
3. Majdanová Iva
Pěničková Olga

Noční " O KOVANOU LHCERNU " 14. 10. 1972

- M 15 2. Jiří Konopáč
3. Šmatolán Lub.
6. Ulehla Jan
7. Petrán Tomáš
- M 17 1. Novák Zdeněk
- M 21 2. Bednář Radvan
5. Jindřich Vodička
- M 35 3. Jaroslav Havlík
- D 15 2. Věra Ficková
3. Benešová Hana
- M 13 5. Stránský Petr
Holas Jiří
- D 10 1. Feleová Dana
Tuřková Jana
2. Matějková Vendula
Kaizlerová Dana
- D 13 3. Tuřková Dana
Adamcová Renata

Noční Štít SČSP Ústí n. Labem

D 15	1. Pícková Věra - Bočková Věra 2. Tulková Dana - Bonešová Hana
D 17	1. Roubalová Jana 2. Frýbová Renata
M 15	1. Konopáč Jiří - Šmatolán Lub. 2. Tížek Karel - Ulehlg Jan 4. Spousta Lad. - Patrán Tomáš 5. Dostál Zdeněk - Turčín Mir.
M 17	3. Novák Zdeněk
M 21	3. Jindřich Vodička 5. Bien Jiří 6. Radven Bednář
M 35	2. Jaroslav Havlík

HODNOCENÍ TRENINKOVÉHO STŘEDISKA OB ZA ROK 1972

Treninkové středisko orientačního běhu mělo v letošním roce specifický úkol:

Hlavní treninkové středisko pro MS v OB 1972. Pro naše i zahraniční závodníky bylo středisko v provozu od 29. 5. 1972 do 12. 9. 1972. Oficiálního treninku pro přípravu na MS 1972 se zúčastnilo 420 závodníků.

květen:	ČSSR	40	září:	NDR	1010
červen:	NDR	10		Dánsko	10
	Svédsko	30		Norsko	30
	Norsko	5		Svédsko	45
	Finsko	20		Anglie	5
	Dánsko	10		Polsko	5
	Svýcarsko	15		Maďarsko	15
	Polsko	5		Rakousko	15

srpen:	Finsko	15	ČSSR	15
			Kanada	5
			NSR	10
			Anglie	15
			Finsko	15
			Švédsko	40
			Polsko	10
			Bulharsko	10
			Rumunsko	15

Mapy:

1. Kost 1 : 20 000 vzorové tratě
2. Sedmihorky 1 : 20 000 systém fixních kontrol
3. Prachovské skály 1 : 16 667 systém fixních kontrol
4. Drábské světničky 1 : 20 000 treninkové tratě

Charakteristika terénu

Všechny čtyři oblasti patří do pískovcové skalní oblasti s velkým počtem velkých i malých terenních tvarů. Typické jsou skalní stěny - pískovcové věže a množství jednotlivých kamenů. Les jehličnatý z 80 % dobře přístupný.

Organizace:

Organizací tréninku zajišťoval oddíl orientačního běhu TJ Jičín ve spolupráci s OV ČTO Jičín a cestovní kanceláří Sport-turist.

Na přípravě i organizaci tréninku se podílela většina členů oddílu orientačního běhu TJ Jičín. Hlavní štáb pracovníků, kteří zajišťovali odbornou a organizační stránku tréninku:

Havlík Jaroslav
 Jandura Jaroslav
 Lukeš Josef
 Matějovský Zdeněk
 ing. Stránský Josef
 ing. Stránský Vladimír
 prof. Soldán Oldřich
 Vodička Jindřich
 Zakouřil Václav

Zajištění technické stránky treninku

příprava map - umístění kontrolních stanovišť - zpracování dokumentace - dále údržba kontrolních stanovišť a kleští neboť všechny prostory jsou v hojně navštěvovaných turistických oblastech Českého ráje. Na žádost většiny zahraničních výprav pomoc při organizaci treninkových i nominačních závodů.

Zajištění ubytování

Ubytování bylo převážně v hotelích a v chatách i stanových základnách v Prachovských skalách. Velké potíže dělala nezájem zahraničních závodníků v závazném objednávání ubytování /příhlášky na poslední chvíli, měnění termínu i počty osob/.

Zajištění dopravy

Doprava byla zajišťována autobusy ČSAD Jičín, která naše žádosti přednostně zajišťovala/ sezona - nedostatek autobusů/.

Stravování

Se stravováním byli závodníci spokojeni. Bylo však nutné předem zajišťovat, neboť i přes velký počet restauračních zařízení v Českém ráji, toto je v sezoně přetíženo.

Kultura

Byla organizována návštěva kulturních a historických míst v Českém ráji /Kost, Trosky, Hrubá Skála, Valdštejn a jičínský zámek/. Některé výpravy byly přijaty představiteli okresu.

Dokumentace

Každý účastník treninkového střediska obdržel 4 ks map /za-
kreslené tratě a systém fixních kontrol/ popisy kontrol ve
třech jazycích /česky, německy a anglicky/ a mapový klíč IOF.
Dále propagační materiál - brožurky, tur. mapy, prospekty,
pohledy CSSR, měšča Jičína a Českého ráje.
Vedoucí jednotlivých výprav obdrželi hodnotnou knižní publi-
kaci "Jičín a jeho kraj". Za tyto pozornosti vděčíme pochopení
ONV a MěNV v Jičíně.

Propagace

O činnosti treninkového střediska v Jičíně byla veřejnost pravidelně informována prostřednictvím vývěsky, rozhlasu, okresního, krajského i celostátního tisku.

Význam

Všichni členové oddílu museli v letošním roce vynaložit mnoho času, aby úkol, kterým jsme byli pověřeni byl splněn mnohdy na úkor treninkové práce v oddíle i na úkor osobního času. Na druhé straně nás však těší, že naše práce nebyla marná a že všechny výpravy byly s treninkem spokojeni za což se nám dostalo kladného ocenění. Treninkové středisko nám pomohlo zvýšit popularitu i zájem o orientační běh a tohoto zájmu musíme využít k dalšímu rozvoji orientačního běhu.

Treninkové středisko bylo součástí Mistrovství světa v OB 72. Mistrovství světa je nejen velkou sportovní událostí, ale i velkou celospolečenskou a politickou záležitostí, mělo svůj úkol popularizovat i v zahraničí dobré jméno československé tělovýchovy, naší socialistické republiky s kulturní i hospodářskou úrovní jejího lidu. Jsme rádi, že jsme k tomuto úkolu mohli přispět i svým dílem.

Ostatní činnost :

Kromě desítek treninkových i nominačních závodů organizovaných v rámci treninku MS 72 byly uspořádány další veřejné závody :

a)	4 náborové závody pro mládež	19. 4. 72	startovalo 160
		22. 4.	90
		10. 5.	130
		14. 10.	180

b)	Závod Východočeské ligy	22. 4.	380
c)	Závod II. ligy	10. 6.	490
d)	Veřejný závod Staré Splavy	13. 9.	550
e)	Závod I. ligy CSR	1. 10.	550
f)	Přebor TJ Jičín	18. 10.	60
g)	Okresní trénink. soustředění		60
h)	Pravidelné tréninky oddílu OB TJ Jičín		
celkem startovalo			2. 650

TRENINKOVÝ PLÁN SPORTOVCE

Zpracoval: Vašek Zakouřil

Složitý proces, kterým sportovní trénink v současnosti je, vyžaduje nutně pečlivé plánování, přesnou evidenci a správné hodnocení. Proto je osobní tréninkový plán a tréninkový deník předpokladem kvalitní sportovní přípravy.

Z řady druhů tréninkových plánů /TP/ se změní o výhledovém plánu, který stanoví sportovci dlouhodobý cíl, dílčí úkoly a základní prostředky a metody jejich dosažení.

V praxi se nejčastěji pracuje s ročním TP, jehož cílem je individuálně maximální výkonnost v následující sezoně; Postup při jeho sestavování jsem seřadil do několika bodů, které se vždy berou v úvahu, často však v odlišném pořadí a proporcích.

1. Základem ročního TP je termínová listina závodů sezony. V ní, s přihlédnutím k možnostem sportovce, stanoví trenér hlavní závody /tzv. vrchol sezony/. Dlouhý kalendář OB nutně vyžaduje považovat některé OZ za tréninkové a stanovit 2 vrcholy letních OZ /červen a září/.
2. Vzhledem k vrcholům se celá sezona rozdělí na období:
 - přípravné - často rozděleno A - objemový tr., obecná vytr.
 - B - intervalový tr., rychlost
 - tempová vytrvalost

hlavní - speciální příprava k závodům
doladovací trénink

přechodné - aktivní odpočinek, všestranná průprava

3. S ohledem na kategorii, biologický věk, stav trenovanosti a individuální vlastnosti stanoví trenér optimální kilometráž pro každé období. Ujasní si tréninkové prostředky a metody, kterých jeho svěřenec může používat.
4. O trenerových záměrech je informován závodník, který sdělí své připomínky a časové možnosti /týdenní rozvrh/. Potom trenér, ale často sám závodník vypracuje návrh TP. Zařadí do něj všechnu pravidelnou pohybovou činnost /i Tv a manuální práci/ a kolektivní tréninky.
5. Konečný TP na rok je vypracován po společné poradě trenéra a závodníka /přep. dalších funkcionářů, lékaře a pod./. Je rozepsán v kratších cyklech /obv. týdny/ na jednotlivé dny.
6. Na základě TP si závodník vede tréninkový deník /TD/, který slouží trenérovi i závodníkovi ke kontrole plnění TP. Tréninkový deník obsahuje:
 - a) úkoly TP rozepsané v jednotl. obdobích na kratší cykly a na jednotl. dny
 - b) záznamy o veškeré pohybové činnosti /individuálním tréninku, kolektivním tréninku, všech formách Tv i manuální práci, pokud ji možno považovat za posilování nebo přípravu/ a vyhodnocování této činnosti v přísl. cyklech
 - c) výsledky všech závodů /čas, umístění, čas vítěze/ a bezprostřední hodnocení výkonu
 - d) záznamy o tréninkových testech, prověrkách, závodech
 - e) záznamy o zdravotním stavu /nemoc, zranění, lék. prohlídka, váha, ranní teploty atd./
 - f) osobní záznamy /psychické stavy, důl, události.../

Účinnost tréninku se prověřuje výsledky v závodech, různými výkonnostními testy a fyziologickými funkcemi, zkouškami.

7. TP je možno a někdy dokonce nutno korigovat, změnit.

Příčinami bývají nejčastěji:

malý tréninkový efekt při málo náročném nebo špatném tréninku

vyřazení z tréninku - přetrénování, zranění, nemoc

Individuální trénink možno začít v kategorii 15, vyjímačně už 13. Mladším plně stačí kolektivní příprava v oddíle /hlavně mapová/ a všestranná pohybová činnost. Ani u starší mládeže nemá individuální trénink převažovat nad kolektivním.

Ukázky z vlastního TP a TD - příprava na zimu 1972:

Cíle - úspěch v nominačních OZ, 50 km Peru, na M-ČSSR v LOB a na Poháru IOF v Bulharsku

Vrcholy - dva 2. 1. - 30. 1. a 19. 2. - 5. 3. 1972

Rozdělení sezony s tréninkovými úkoly:

	období	lyže km	běh km	kol.lyže km	spor.hry hod.	posil hod.	gym. hod.	závedy počet
aktivní	1.7.-31.8.	-	600	100	25	-	14	8
suchá	1.9.-14.11.	-	800	300	15	25	10	8
na sně	15.11.-31.12.	1000	150	-	-	20	10	4
hlavní	1.1.-20.3.	800	250	-	-	-	10	8

Přechodné období neplánováno - navázat na letní OB

Režpis TP jednoho období na týdenní cykly - přípr. OB - na sněhu:

cyklus	lyže	závod	běh	síla	gymnastika
1. den	100	1	30	3 h	2 h
2. den	100	0	30	3 h	2 h
3. soustředění	300	2	20	4 h	2 h
4. den	100	0	20	3 h	1 h
5. den	100	1	20	3 h	1 h
6. vánoce	300	1	30	4 h	2 h

Ukázka z TD - týdenní cyklus:

20. 9. D - kolečkové lyže 10km - volně
 PO O - utkání v tenise 1,5 hod.
 štěpání dříví 0,5 hod.
21. 9. D - brigáda na stavbě - kopání 2 hod.
 výklus s mapou - Křekočů 10 km
 Út O - jízda na kajaku 0,5 hod.
 V - cvičení v Sokole 6-0, 5 hod. SH - 1 hod.
 výklus na dráze 5 km
22. 9. D - intervaly v terénu 10 km, příprava 0,5 hod.
 St O - vytrvalý běh - Tuhán, Kozákov, Hamštejn, Turnov
 20 km
23. 9. D - brigáda na stavbě - betonování 1 hod.
 výklus Vesecko 10 km příprava 1/4 hod.
 Čt O - vycházka do Skaláku 15 km se zát., lezení 1/2 hod.
 V - kolečkové lyže 10 km
24. 9. Zkouška v Graze - masáž zad - váha 78 kg
 Pá V - plavání 1/2 hod.
25. 9. D - kolečkové lyže - Žehrov, Kost, Turnov 20 km
 So O - výběh Struha 10 km, příprava 1/4 hod.
 tenis o stěnu 1/2 hod.
26. 9. Závod ČŽ - Jovany - um. 3, čas ? vítěz - Matějů ?
 km - 15 rozběhání = 5 přípr. - 1/4 hod.
 začátek nejistý, pak utekl Ber/Pr/, nezvyklá mapa
- celkem - B - 85 km, K - 40 km, Z - 1 - 15 km, SH - 3,5 h,
 S - 4,5 h, G - 1,5 h

ADRESÁŘ ODÍLU OB

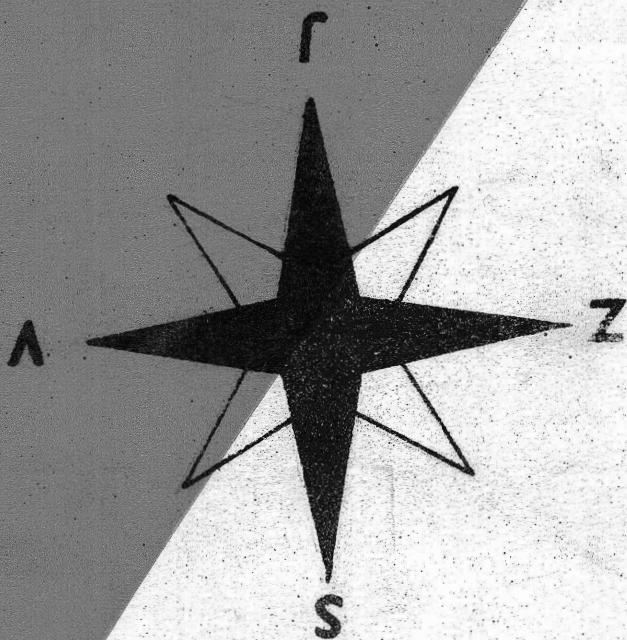
M 10	Pavel Stránský	1963	Tyršova 800, Jičín
M 13	Zdeněk Dostál	1959	Cs.bratři 719, Jičín
	Kurt Pokorný	1960	Jugmanova 205, Jičín
	Petr Všecká	1960	Vrchlického, Jičín
	Martin Tížek	1960	Cechova 679, Jičín
M 15	Josef Beneš	1958	Harantova 802, Jičín
	Vladimír Dubský	1958	U stadionu 763, Jičín
	Jiří Holas	1958	Prachovská 183, Jičín
	Jiří Konopáč	1958	U stadionu 774, Jičín
	Tomáš Petráň	1957	Fügnarova 676, Jičín
	Petr Stránský	1958	Tyršova 800, Jičín
	Karel Tížek	1957	Cechova 679, Jičín
	Miroslav Turčín	1957	Vrchlického 412, Jičín
M 17	Miroslav Folprecht	1955	Jeronymova 1354, Turnov
	Miloslav Konopáč	1956	U stadionu 774, Jičín
	Jaroslav Lang	1955	Poděbradova 101, Jičín
	Ladislav Spousta	1956	Valdice
	Luboš Smatolán	1956	Lázně Bělohrad
	Jan Ulehla	1956	Jakubcova 456, Jičín
M 19	Jan Hudský	1953	Úprkova 342, Malšovice
	Miroslav Nožička	1954	Hradec Králové
	Zdeněk Novák	1954	Víznerova 1219, Nová Paka
M 21	Stanislav Babák	1952	Koberovy 93, p. Žal. Brod
	ing. Radvan Bednář	1946	Fučíkova ul.
	Jaroslav Havlík	1936	Žitovská 29, Liberec
	Vlastimil Hudský	1952	Komenského 33, Jičín
	Petr Jandura	1942	Klokočl 41 p. Mírová p. Kozákov
	ing. Bohumír Procházka	1940	Tyršova 800, Jičín
	Hynek Mareš	1934	U stadionu 774, Jičín
	ing. Josef Stránský	1932	Ruská 695, Turnov
	Petr Stránský	1950	Tyršova 800, Jičín
	ing. Vlad. Stránský	1941	Markova, Jičín
	Bohuslav Smatolán	1953	VÚ Monokrystalů, Turnov
	Jan Ulehla	1956	Lázně Bělohrad
	Jindřich Vodička	1944	Jakubcova 456, Jičín
	Václav Zakouřil	1943	Jugmanova 149, Jičín
			Dvořákova 332, Turnov

	Jaroslav Vágner	1950	Lhota u Pecky 40
	Josef Zahradník	1949	Pecka 38
D 10	Jana Tulková	1961	Čs. legii 612, Jičín
D 13	Dana Pečková	1960	U stadionu 763, Jičín
	Renata Adamcová	1959	Fučíkova 581, Jičín
	Milena Hanušová	1959	Podhradská 4, Jičín
	Dagmar Kaislerová	1960	Sokolovská 345, Jičín
	Jitka Košíčková	1960	Husova 557, Jičín
	Ludmila Kakrdová	1959	Tyršova 269, Jičín
	Iva Majdanová	1960	Tyršova 799, Jičín
	Vendula Matějková	1960	Fučíkova 736, Jičín
	Olga Pěničková	1959	Jaselská 790, Jičín
D 15	Hana Benešová	1957	Zeleznice 165
	Věra Bečková	1957	Palackého 62, Jičín
	Věra Picková	1957	Denisova 748, Jičín
	Dana Tulková	1958	Čs. legii 612, Jičín
D 17	Jana Petrová	1956	Denisova 435, Jičín
	Ivana Malá	1956	Tyršova 357, Jičín
	Regata Frýbová	1955	Husova 59, Jičín
D 19	Sona Fišerová	1954	Dvořákova 319, Jičín
	Jana Roubalová	1954	Husova 100, Jičín
	Irena Matějčíková	1953	Stračovská Lhota 25
	Jana Sokolovská	1953	Borovnička 22, okr. Trutnov
D 21	ing. Olga Beunářová	1947	Zitovská 28, Liberec
	Dana Havlíková	1943	Horní Lochov, p. Prachov
	Ludmila Horáková	1918	U stadionu 777, Jičín
	Renata Nedvědová	1951	Loštáková 403, Jičín
	Hana Procházková	1941	U stadionu 774, Jičín
	Zdena Vodičková	1949	Jungmannova 149, Jičín
	Věra Vezbulová	1946	Harrachov 285
	Jana Zakouřilová	1942	Dvořákova 332, Turnov

k 1. 11. 1972 z oddílu přestoupili:

Jiří Bien, Sokolovská 27, kolej VŠST, Liberec

Věra Dudková, Tř. Rudé armády 1425, Nová kolej, Brandýs n. Lab.



PE 1973