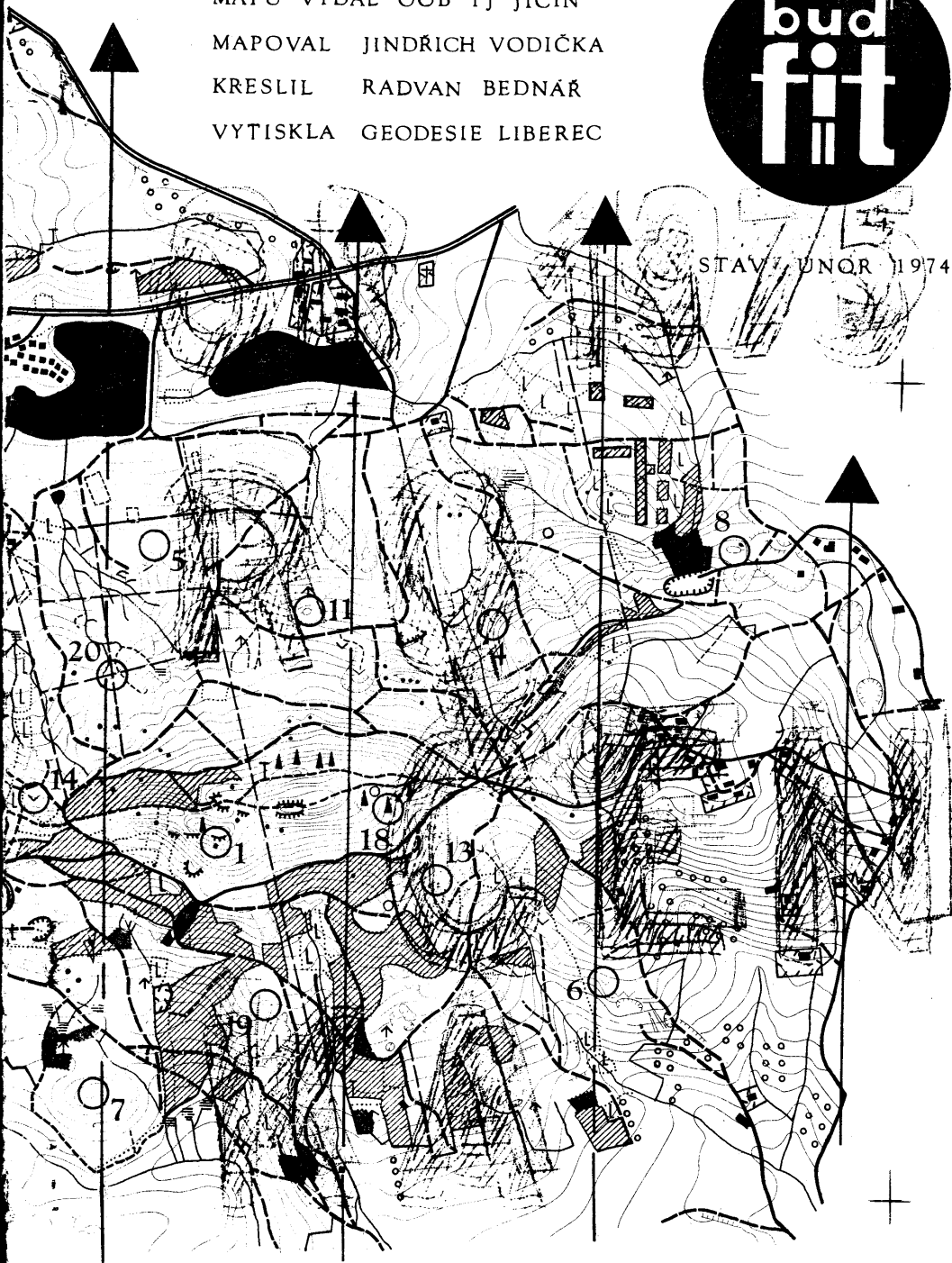


MAPU VYDAL OOB TJ JIČIN
MAPOVAL JINDŘICH VODIČKA
KRESLIL RADVAN BEDNÁŘ
VYTISKLA GEODESIE LIBEREC



STAV UNOR 1974



R O Č E N K A Z A R O K 1 9 7 5

V našem oddíle se stalo dobrou tradicí zachytit uplynulou sezonu, činnost i výsledky v ročence

Na úvodním místě se několika řádky musíme zamyslet nad uplynulým rokem. Nad tím, čeho jsme chtěli dosáhnout, čeho jsme skutečně dosáhli a jak dál. Hodnotíme - li lonský rok po sportovní stránce, můžeme říci, že výsledky byly dobré. Všechny úspěchy jsou zachyceny ve výsledkové části ročenky, není jich málo. Především je zde družstvo dorostu, které zvítězilo v I. národní lize a ve finále v souboji s Gortwaldovem se stalo přeborníkem CSR. V individuálních soutěžích jsme získali 1 titul mistra ČSSR, tituly přeborníků ČSSR a ČSR a další řadu medailí z přeborů kraje, ČSR a ČSSR. Několik vítězství i dalších dobrých umístění v českém poháru jednotlivců. Početný byl i zisk .VT. Smůlou byl sestup družstva dospělých z I. ligy /o fousek/. Mní to však žádná tragédie, projevil se zde generační problém. V letošním roce je našim cílem opět se do I. ligy probojovat. Předpokladem k tomu jsou mladí závodníci Drahonovská, Benešová, Picková, M. Konopáč, Folprecht, Hrubý, Novák, Albrecht, Družstvo doplníme několika zkušenými závodníky. Bude jistě dobré a určitě nám všem připraví příjemný konečný výsledek.

Družstvo dorostu bude mít v obhajování dosažených výsledků minulého roku daleko větší práci. Přesto je reálné v této silné konkurenci uspět. Vzorem pro celé družstvo jistě budou Jana a Dana Tulkovi, Jirka Konopáč. Je na ostatních členech družstva, aby trenovali stejně poctivě a v rozhodujících závodech bojovným výkonem přispěli k úspěchu celého kolektivu. Na výsledcích v soutěžích družstev nám nejvíce záleží a proto nás mrzí, že právě zde se v lonském roce projevila nekázeň některých závodníků, kteří svou neúčastí poškodili družstvo v krajských soutěžích, tak i v I. nár. lize dorostu.

V lonském roce poprvé se nám podařilo uskutečnit 4 velmi kvalitní treninkové soustředění. To přineslo bezprostřední zlepšení výkonnosti našich závodníků. Jarní soustředění bylo na Kostí, velikonoční ve Lh. Hlásné, letní v Jindřichově Hradci a zimní na Jizerce. Úspěšná byla i letní škola orientačního běhu pro začátečníky.

V minulé sezoně se nám podařilo vyřešit systematickou práci s mládeží a nábor nového žactva. Na tento problém se musíme zaměřit i v roce 1976. Hlavně na kvalitu výběru. Nově vyškolení trenéři II. a III. třídy nám dávají záruku pro vedení treninku začínajících i vyspělých závodníků.

Uspořádali jsme celou řadu závodů, počínaje přebory od dílu, závody SHMP, krajský přebor jednotlivců i štafet, krajský přebor družstev a konečně přebor i mistrovství ČSR jednotlivců i družstev. Na těchto závodech startovalo okolo 3000 závodníků. Kdo byl při tom, ví, jak tyto závody jsou náročné na organizaci. Zde se nám v roce 1975 projevilo,

že na tak náročný program nestačí se svými silami několik jednotlivců. Organizační práce v oddíle je také velmi náročná. Abychom mohli zcela zvládnout všechny úkoly, které na nás v roce 1976 čekají, /mapování, příprava závodů, sostředění, brigády, propagace.../ musíme všichni svou aktivitou přispět do společného díla.

Na základě našich výkonů a výsledků dlouholeté práce bylo při oddíle OB TJ Jičín zřízeno treningové středisko mládeže. Zřízení střediska je pro nás velkou počtou. Otvírají se nám tak bohatší možnosti kvalitativně vyššího systematického treninku všech talentů OB. Věříme, že již v letošním roce, ale hlavně v dalších letech budou naši závodníci nešpici orientačních běžců ČSSR. Zřízení TSM při našem oddíle nás všechny daleko více zavazuje. Jste funkcionáře, tak trenéry, ale hlavně závodníky k poctivé práci v oddíle. Musíme prokázat, že důvěry, které se nám dostalo jsme hodni.

Již za výkony v minulé sezoně byla do repr. družstva ČSSR juniorek zařazena Jana Drahonovská. V širším družstvu ČSSR je počítáno i s J. Konopáčem a Mílou Albrechtem. V lyžařském OB máme i reprezentanta V. Zakouřila, kterému za úspěšnou reprezentaci a za 4 vítězství v mistrovství ČSSR byl po zásluze udělen čestný titul : Mistr sportu v OB.

Je to po 10 letech činnosti oddílu první taková počta, která se dostane členu našeho oddílu. Budete-li vy všichni mladí přistupovat k treninku tak poctivě, jako Vašek, tak se v příštích letech jistě dočkáme dalších reprezentantů, případně mistrů sportu.

Sportovat, trénovat, to je velká dřina i odříkání, ale také radost, zdraví a poznání.

Za 10 let činnosti, kdy se oddíl odloučil od turistiky a stal se samostatným, se nám v oddíle podařilo vytvořit velmi dobré podmínky treninkové i závodní. Díky pochopení výboru TJ máme i dobré podmínky materiální. Poskytneme je každému, kdo bude chtít v oddíle, v našem kolektivu dobře pracovat. Jsme přes v takové situaci, že v kolektivu nesmí mít místo nekázeň a pohodlnost.

Jsme vzorným oddílem II. stupně. Převážná většina členů je v SSM, nebo v PO. Věříme, že si se všemi problémy poradíme. Víme, kde nás bota tlačí, co máme zlepšovat. Nebude to práce lehká, bude třeba znašného úsilí a dobré vůle všech.

Zároveň je třeba poděkovat celému kolektivu, funkcionářům, trenérům, rozhodcům, mapářům i závodníkům, za dosažené výsledky a popřát si do nové sezony o stupeň vyšší splnění všech cílů

Jaroslav Havlík

Tuto ročenku připravili :
J. Havlík, Ing. B. Procházka
ilustroval B. Kužel.

V Ý S L E D K O V Á Č Á S T

SOUTĚŽE 1974

I. celostátní liga - dospělí

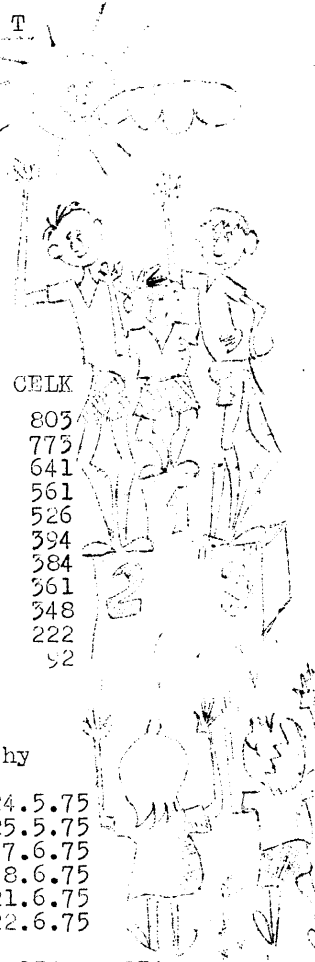
Závody :	I. Velká cena Prahy	30.5.75.
	II. Velká cena Prahy	1.6.75
	III. Pohár Lučence	14.6.75
	IV. Pohár VST Košice	15.6.75
	V. Hanácké Atlény	23.8.75
	VI. Pohár přátel. Gottw	24.8.75

	I	II	III	IV	V	VI	CELK
1. VŠZ Brno	178	177	155	138	155	-	803
2. VŠ Praha	161	-	138	165	145	164	773
3. VSB Ostrava	104	135	126	117	-	159	641
4. TJ Gottwald.	106	136	105	94	120	-	561
5. TŽ Třinec	-	56	90	109	127	144	526
6. FŠ Praha	-	115	62	63	74	80	394
7. VŠD Žilina	97	-	69	68	59	91	384
8. VŠST Liberec	54	93	93	-	44	77	361
9. TJ Jičín	58	74	-	45	75	96	348
10. TSZ Lučenec	53	45	-	35	32	57	222
11. LOKO Pardubice	17	24	4	-	24	23	92

I. národní liga - dorost skupina A - Čechy

Závody :	I. O Pardubického půlkoně	24.5.75
	II. Dobruška	25.5.75
	III. Cena Sklárný Kavalier	7.6.75
	IV. Ozubené kolo Slaný	8.6.75
	V. Loko Praha	21.6.75
	VI. Kostelec nad Č. lesy	22.6.75

1. TJ Jičín	145	148	-	140	147	154	734
2. JI F. Bor	138,5	-	158	135	147	154	732,5
3. KDPM H. Král.	120	77	-	103	103	94	506
4. LOKO Pardubice	-	93	98	46	93	70	400
5. Baník Sokolov	59	93	98	62	60	-	359
6. Doly Kladno	54,5	-	94	79	70	58	335,5
7. Loko Chomutov	43	83	65	93	41	-	325
8. VŠ Praha	62	76	69	48	-	44	319
9. LIAZ Jablonec	59	76	-	37	59	77	308
10. Sokol Lh. Praha	50	56	83	46	-	63	298
11. ČKD Slaný	56	65	67	-	66	36	290
12. LOKO Praha	-	37	41	35	-	51	191
13. JI Aš	-	0	46	32	29	38	145



Finále vítězů I. dor. ligy skupin A a B 23.8.75 Kroměříž

	TJ Jičín		Gottwaldov	
M 17	3. Konopáč 53,03		1. Tutsch 46,20	
	4. Holas 57,48		2. Hertel 49,41	
	3 : 7	2 + 1	4 + 3	

M 15	1. Všetěčka 36,39		3. Mareček 43,15	
	2. Svoboda 42,14		4. Dosedla 48,56	
	7 : 3	4 + 3	2 + 1	

D 17	1. Tulková D. 40,00		2. Jindrová 43,12	
	2 : 1	2	1	

D 15	2. Tulková J. 33,54		1. Fialová 33,00	
	1 : 2	1	2	

Součet bodujících členů skončil nerozhodně 13 : 15
 Součet docílených časů Ji : Gott 263,38 : 264,24
 Titul přeborníka ČSR získalo družstvo TJ Jičín

Krajský přebor družstev 1975

Přebor dospělých :

1. Sl. VŠCHT Pardubice	458
2. Tatran Chrast	332
3. Spartak Rychnov	315
4. TJ Jičín B	293
5. Baník Vamberk	278
6. VTJ Dobruška	227
7. Loko pardubice B	219

Přebor žactva

1. Sp. Rychnov	684
2. KDPM Hr. Králové A	566
3. Spartak Vrchlabí	499
4. Sokol Potštejn	496
5. Loko Pardubice A	488
6. TJ Jičín	453
7. Baník Vamberk A	411
8. KDPM Hr. Králové B	365
9. So Rokytnice v O. h	361
10. Tatran Chrast	300
11. Baník Vamberk B	205
12. TJ Jilemnice	201
13. Loko Pardubice B	86

Přebor dorostu :

1. Sp. Vrchlabí	438
2. Spartak Rychnov	361
3. KDPM Hr. Králové B	342
4. TJ Jičín B	329
5. Tatran Chrast	273
6. Baník Vamberk	229
7. Lokomotiva Pardub. B	168
8. Sokol Kunvald	146

ŽEBŘÍČKY



Celostátní žebříček OB

ME 1. Z. Lenhart	85	D 19	1. Z. Strnadlová	92
19. V. Zakouřil	33		6. J. Drahoňovská	75
			15. R. Frýbová	38

Celostátní žebříček OB - pokračování

D 21	1. D. Lučanová	76	M 21	1. M. Nožička	70
	18. H. Všeťečková	32		17. M. Polprecht	33

Národní žebříček OB

D 10	1. I. Samková	76	D 15	1. J. Tulková	78
	14. J. Chremostová	54		5. M. Hanušová	65
	23. J. Valášková	23		13. I. Majdanová	43
D 17	1. J. Alberová	91	D 19	1. J. Drahoňovská	95
	3. D. Tulková	77		14. R. Frýbová	42
	14. H. Benešová	40			
D 21	1. I. Uhrová	98	D 13	1. J. Macounová	76
M 10	1. T. Lejsek	89	M 13	1. P. Smolík	98
	2. P. Stránský	69		33. M. Tišer	7
	12. L. Groh	35	M 17	1. J. Konopáč	98
	33. J. Kvasnička	15		5. J. Beneš	67
	42. M. Procházka	8		20. J. Holas	18
M 15	1. M. Horák	72		30. T. Petráň	11
	10. P. Všeťečka	46		33. M. Turčín	8
	20. B. Svoboda	27	M 19	1. P. Dytrich	97
	28. J. Ulehla	17		2. M. Konopáč	87
M 21	1. V. Mikan	68		3. L. Hrubý	85
	16. J. Vodička	35		4. M. Polprecht	81
	33. V. Zekouřil	12		17. L. Smetolán	30
M 35	1. J. Havlík	96	M 43	1. R. Král	98
	3. B. Procházka	72		14. J. Stránský	33
	40. J. Tulka	5			

Krajský žebříček OB

D 10	1. Poborská	94	D 15	1. Kudrnáčová	99
	6. J. Chremostová	77		17. D. Šedivá	42
	36. S. Majdanová	15		33. I. Richterová	2
	42. H. Zakouřilová	11	D 17	1. H. Fleková	95
D 15	1. J. Tulková	98		2. D. Tulková	90
	8. I. Majdanová	65		3. V. Bočková	88
	17. J. Pašková	38		6. H. Benešová	78
	19. M. Hanušová	35		12. V. Picková	56
D 19	1. J. Vrabcová	98	D 21	1. Petrová	100
	3. J. Drahoňovská	94		4. Z. Vodičková	89
	12. R. Frýbová	31	D 35	1. J. Stolínová	77
				5. H. Všeťečková	20

Krajský žebříček OB - pokračování

M 10	1. Novák	95	M 13	1. A. Fišera	97
	2. L. Groh	91		2. P. Smolík	96
	9. P. Stránský	68		17. M. Pašek	30
	29. F. Boček	19		30. A. Skořepa	10
				37. J. Fišer	6
M 15	1. Vykysalý	96	M 17	1. J. Konopáč	100
	7. J. Ulehla	75		2. J. Holas	94
	9. P. Všetěčka	69		3. J. Beneš	90
	11. M. Horák	64		12. M. Turčín	61
	19. B. Svoboda	40		13. P. Stránský	51
	27. K. Boček	18		16. T. Petráň	47
	<u>31. P. Řehák</u>	<u>11</u>			
M 19	1. M. Folprecht	98	M 21	1. J. Vodička	86
	2. L. Hrubý	97		7. V. Zakouřil	70
	3. M. Konopáč	93		13. P. Stránský	45
	11. L. Šmatolán	36		14. Z. Novák	42
	15. L. Krnác	26		27. T. Rejlek	24
M 35	1. J. Havlík	100		28. V. Stránský	23
	14. J. Tulka	43		43. B. Procházka	10
				49. A. Brendl	8
M 43	1. F. Vykysalý	98			
	12. J. Stránský	35			



PŘEBORY

Přebor TJ Jičín 1. 11. 1975 Vodňary

T 1	1. J. Konopáč	49,10	T 3	1. Drahoňovská ml.	36,15
	2. Z. Novák	53,36		2. Chramostová J.	40,35
	3. J. Havlík	57,46		3. I. Richterová	44,35
	4. J. Beneš	59,00		4. D. Šedivá	44,45
	5. J. Holas	59,38		5. Matoušová	46,15
	6. J. Vodička	65,05		6. J. Valášková	48,25
T 2	1. H. Benešová	63,15			
	2. J. Drahoňovská	82,50			
	3. V. Picková	92,50			

Přebor TJ Jičín v nočním OB

T 1	1. J. Havlík	21,45	T 2	1. V. Picková	39,45
	2. Z. Novák	24,20		2. H. Benešová	41,45
	3. V. Stránský	24,50			
	4. M. Horák	25,43	T 3	1. P. Stránský	34,00
	5. J. Ulehla	28,40		2. J. Kvasnička	38,20
	6. J. Konopáč	28,40		3. M. Pašek	40,20

Okresní přebor Klepanda 13.4.1975

M 10	1. L. Groh	35,55	M 13	P. Smolík	46,52
	2. F. Boček	40,57		2. A. Skořepa	52,56
	3. P. Stránský	52,31		3. M. Pašek	85,16
M 15	1. P. Řehák	62,10	M 17	1. J. Konopáč	59,34
	2. B. Svoboda	69,45		2. J. Holas	69,50
	3. P. Všetěčka	79,43		3. M. Turčín	76,31
M 19	1. L. Hrubý	69,11	M 21	1. V. Zakouřil	178,35
	2. M. Konopáč	72,01		2. J. Vodička	82,58
	3. L. Krnáč	94,38		3. V. Stránský	86,01
M 35	1. J. Stránský	102,24		4. B. Procházka	9208
	2. J. Všetěčka	159,19		5. J. Šmejč	95,01
	3. V. Bosák	214,40		6. P. Stránský	96,23
D 10	1. H. Zakouřilová	67,56	D 13	1. D. Šedivá	67,42
	2. S. Majdanová	73,05		2. I. Richterová	68,45
	3. J. Grohová	78,15		3. J. Chramostová	79,00
D 15	1. J. Tulková	41,29	D 17	1. D. Tulková	66,18
	2. M. Henušová	46,02		2. H. Benešová	95,43
	3. I. Majdanová	57,09		3. V. Picková	96,50
D 19	1. J. Drahoňovská	76,15	D 21	1. H. Všetěčková	85,22
	2. J. Rabínová	106,20		2. J. Zakouřilová	131,01
	3. R. Frýbová	112,40		3. I. Majdanová	229,00

Krajský přebor 2.5.1975

M 10	1. L. Groh	35,06	M 15	1. P. Smolík	36,47
	6. P. Stránský	45,42		14. A. Skořepa	55,18
	27. F. Boček	77,25	M 15	1. J. Konopáč	56,43
M 17	1. J. Konopáč	56,43		7. P. Všetěčka	42,17
	3. J. Beneš	64,17		8. M. Horák	42,24
	4. J. Holas	64,41		11. J. Ulehla	46,22
	8. T. Petrán	70,36		16. P. Řehák	54,27
	13. P. Stránský	79,24		17. Z. Dostál	54,36
	14. M. Turčín	81,03		21. K. Boček	62,01
M 21	1. P. Uher	74,11		24. B. Svoboda	63,50
	2. V. Zakouřil	80,35	M 19	1. M. Konopáč	71,31
	3. V. Stránský	95,06		2. M. Folprecht	74,31
	4. P. Stránský	95,20		3. L. Šmatolán	79,36
	6. J. Vodička	98,45		5. L. Hrubý	88,20
	9. Z. Novák	106,17		8. J. Ulehla	112,28
	11. B. Procházka	109,42		11. M. Krnáč	119,45
	16. J. Šmejč	113,50			
	20. J. Hudský	120,03			
	29. T. Rejlek	129,51			

D 10	10. S. Majdanová	64,20	D 13	11. J. Chramostová	67,35
	13. H. Zakořilová	73,54		14. J. Richterová	75,20
				20. D. Šedivá	105,31
D 15	2. J. Tulková	42,00	D 17	1. H. Benešová	44,21
	3. M. Hanušová	44,21		2. D. Tulková	47,55
	7. J. Pašková	52,55		7. V. Picková	61,49
	10. I. Majdanová	60,52		9. V. Bočková	68,36
D 19	3. J. Drahoňovská	66,40	D 21	3. H. Všetečková	75,49
	7. R. Frýbová	88,25		18. I. Majdanová	160,45

Krajský přebor - štafety - 3.5.1975

MUŽI

1.	VTJ Dobruška	127,27
2.	TJ Jičín I Hrubý, Konopáč, vodička, Zakouřil	131,23
3.	TJ Jičín II Šmatolán, Polbrecht, Stránský, Stránský	146,58
9.	Jičín III Šmejč, Novák, Sochor, Kužel	186,02
11.	TJ Jičín IV Rejlek, Vlček, Brendl, Hudský	

ZÁKRYŠ

5.	TJ Jičín Chramostová, Majdanová, Zakořilová	132,41
----	---	--------

ŽENY

1.	TJ Jičín Frýbová, Všetečková, Drahoň.	81,31
----	--	-------

DOPOSTEPCI

1.	TJ Jičín I Holas, Beneš, Konopáč	72,59
3.	TJ Jičín II Turčín, Petráň, Stránský	85,36

DOPOSTEPKY

2.	TJ Jičín II Majdanová, Hanušová, Tulková	68,29
3.	TJ Jičín I Tulková, Bočková, Benešová	74,03

ŽÁCI

3.	TJ Jičín Groh, Skořepa, Smolík	60,34
----	-----------------------------------	-------

Přebor ČSR Sedmihorky 6.9.1975

M 15	1. Fovotný R.		M 21	1. P. Uher	85,06
M 17	1. R. Zdráhal	49,53		4. V. Zakouřil	94,46
	4. J. Konopáč	51,31		30. M. Albrecht	114,48
				31. J. Vodička	115,56
M 19	1. P. Dytrych	68,37		41. P. Stránský	126,44
	5. L. Hrubý	76,49	D 15	1. B. Šrámková	23,53
	7. M. Konopáč	81,29		2. M. Hanušová	25,25
	10. L. Šmatolán	89,30		12. J. Tulková	37,19
D 17	1. J. Gavendová	35,56			
	3. D. Tulková	38,31			
	8. H. Benešová	46,33			

Přebor ČSR - štafety - 7.9.1975

DOROSTENCI

- 1. TJ Gottwaldov 160,44
Hertel 55,51 Tutsch 44,54
Hořínek 55,59
- 5. TJ Jičín A 165,03
Holas 60,09 Beneš 51,06
Konopáč 55,48
- 12 TJ Jičín B 212,34
Turčín 87,43 Stránský 58,28
Petraň, 66,25

MUŽI

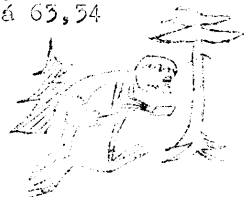
- 1. VŠ Praha 229,07
Borůvka 58,33 Laciga 63,07
Ditrych 49,10 Hořínek 56,17
- 8. TJ Jičín 308,42
Vodička 86,48 Konopáč 60,47
Novák 66,19 Hrubý 94,48

DOROSTENKY

- 1. TJ Gottwaldov 189,28
Pšijová 77,12 Chytilová 51,5
- 4. TJ Jičín 205,38
Fialová 60,17
Tulková 90,26 Hanušová 64,42
Benešová 50,28

ŽENY

- 1. VŠB Ostrava 154,28
Okénková 65,08 Stará 44,02
Vlachová 45,18
- 6. TJ Jičín 195,09
Přibová 54,27 Všetečková 7508
Drahoňovská 63,34



Mistrovství ČSSR kroměříž 20. - 21.9.1975

- D 15 1. Fialová 41,15
7. M. Hanušová 46,44
- M 17 1. Hertel 51,1
13. J. Konopáč 61,17
- M 21 1. Lenhart 75,22
37. J. Vodička 114,03

- D 17 1. Hošková 42,34
5. D. Tulková 49,35
8. H. Benešová 55,55
- M 19 1. Stonavský 64,40
5. L. Hrubý 71,57

Mistrovské štafety

DOROSTENKY

- 1. Gottwaldov 123,22
- 6. TJ Jičín 173,17
Tulková, Hanušová, benešová

DOROSTENCI

- 1. TJ Gottwaldov 136,32
- 7. TJ Jičín 173,32
Holas, Beneš, Konopáč

ŽENY

- 1. VŠ Praha 183,48
- 8. TJ Jičín disk

DOROSTENKY

- 1. VŠZ Brno 237,30
- 5. TJ Jičín 267,07
Vodička, Folprecht, Novák
Hrubý

Krajský přebor v nočním OB Hořice 9.5.1975

- D 17 1. D. Tulková 80,24
- M 17 3. J. Holas 86,05
6. J. Beneš 105,00
7. J. Konopáč 111,43
- M 21 1. J. Havlík 90,10
13. V. Zakouřil 120,11

- M 15 5. J. Ulehla 69,15
6. Z. Dostál 75,06
8. K. Boček 77,00
- M 19 1. L. Hrubý 82,00
2. M. Konopáč 82,32

Přebor ČSR - noční OB 13.9.75 - Hradec Králové

D 17	1. D. Tulková	35,02	M 15	8. J. Ulehla	34,22
M 17	21. J. Holas	51,22	M 19	3. L. Hrubý	51,26
M 21	19. J. Havlík	69,35		10. M. Konopáč	57,28

Mistrovství ČSSR - noční OB - Žilina - 27.9.1975

D. 17	1. D. Tulková	44,52	M 15	14. J. Ulehla	64,25
M 19	6. L. Hrubý	116,57			

Krajský přebor LOB Vrchlabí 4.1.1971

D 15.	1. M. Hanušová	89,40	D 17	1. V. Picková	77,44
	2. I. Majdanová	91,20		2. H. Benešová	77,57
				5. V. Bočková	93,38
D 19	2. J. Drahoňovská	80,37			
D 21	1. H. Všeetečková	79,32	M 15	1. M. Horák	71,51
				2. P. Všeetečka	77,07
M 17	1. J. Konopáč	72,21	M 19	1. L. Hrubý	82,36
	5. J. Beneš	83,20		2. M. Folprecht	93,24
				3. L. Šmatolán	94,05
M 21	1. V. Zakouřil	80,27		4. M. Konopáč	95,02
	2. P. Stránský	80,56			
	10. V. Stránský	90,09	M 35	1. J. Havlík	82,20
	11. J. Vodička	90,10		2. J. Všeetečka	91,22
	13. Z. Novák	110,49		3. J. Stránský	91,32

Mistrovství ČSR a ČSSR LOB Liberec 22.2.1975

M 13	2. P. Smolík	45,42	M 17	2. J. Konopáč	72,12
				9. J. Beneš	93,03
M 15	4. P. Všeetečka	46,34		10. J. Holas	93,53
	13. M. Horák	79,15		11. P. Stránský	105,41
	14. P. Dostál	83,14			
M 21	1. V. Zakouřil	112,28	M 19	2. L. Hrubý	90,34
	10. J. Havlík	123,41		4. M. Folprecht	94,23
	14. V. Stránský	135,15		5. M. Konopáč	95,23
	18. P. Stránský	139,40	M 35	1. P. Zemánek	93,30
	40. J. Šmejc	180,56		4. J. Všeetečka	110,04
	43. J. Huďský	188,18			
	44. M. Novotný	204,25	M 43	2. V. Bosák	111,51
D 15	1. J. Tulková	26,18	D 17	3. V. Picková	42,54
	2. M. Hanušová	26,25		5. D. Tulková	43,01
	8. I. Majdanová	35,09		6. H. Benešová	48,41
D 21	9. H. Všeetečková	105,22	D 19	5. J. Drahoňovská	112,30

Mistrovství ČSSR LOB Liberec 23.2.75 - štafety

DOROSTENKY

- 1. TJ Jičín B 98,38
Majdanová 57,19 Hanušová 30,45
Tulková J. 30,34
- 2. TJ Jičín A 110,18
Tulková D. 56,17 Picková
32,26 Benešová 41,25

ŽENY

- 6. TJ Jičín
Mašková, Havlíková,
Všetečková

DOROSTENCI

- 1. TJ Jičín A 122,45
Všetečka 57,06 Beneš 51,31
Konopáč 54,08
- 5. TJ Jičín B 157,59
Smolík 52,14, Holas 44,58
Horák 40,47

MUŽI

- 1. VŠB Ostrava 208,08
Pícek 76, Jarný 66,51
Vlach 65,17
- 3. TJ Jičín I 212,48
Hrubý 71,53 Havlík 71,59
Zakouřil 68,56
- 8. TJ Jičín III 264,58
Konopáč 79,55 Vodička
87,11, Folprecht 97,52
- 10. TJ Jičín IV 290,17
Šmatolán 87,06 Všetečka
99,16 Hudský 103,55

70 KM PO HŘEBENECH KRKONOŠ

MUŽI

- 1. RH Harrachov 4:56,46
- 8. ČSTV Jičín I 5:01,27
- 38. ČSTV Jičín II 6:09,44
- 58. TJ Jičín I 6:22,26
- 64. TJ Jičín atleti 6:28,19
- 73. TJ Jičín IV 6:37,05
- 78. TJ Jičín HO 6:41,34
- 138. TJ Jičín III 7:25,49

SESTAVY DRUŽSTEV

- OV ČSTV I
Havlík, Zakouřil, Vodička,
Pícek, Garný, Konopáč J, Haspra,
Stránský P., Zahradník, Hrubý
- OV ČSTV II
Vodička, Stýblo, Zemánek, Beneš
Konopáč M., Holas, Hudský,
Šmatolán, Šmejč, Musil

Závod na kolečkových lyžích, Prachov 8.11.75

4 km

- 1. Holas 14,05
- 2. Všetečka P 14,22
- 3. Svoboda B. 15,01
- 4. Rejlek T. 15,36
- 5. Linhart 15,58

2 km

- 6. Havlík 15,40
- 7. Stránský 16,30
- 8. Major 17,40
- 9. Prochor 17,41
- 10. Krupka 19,25
- 1. Picková 19,25
- 2. Stránský 10,02
- 3. Řehák 10,25
- 4. Procházka 15,20

Memoriál expedice Peru - Jizerská padesátka 26.1.75

MUŽI

143. J. Havlík	3:58,00
150. Zakouřil	3:59,00
570. Stránský V.	4:09,30
603. Smejč	4:10,30
622. Procházka	4:11,30
664. Novotný	4:13,30
668. Vodička	4:13,30
721. Musil	4:16,00
743. Všetěčka J.	4:17,00
946. Linhart	4:25,00
1145. Bosák	4:52,00
1331. Rejlek T.	4:53,00
1393. Jandura	4:41,00
1622. Stránský J.	4:49,00

ŽENY

28. Všetěčková	2:49,44
45. Vodičková	2:57,51
52. Havlíková	3:00,27
218. Frýbová	3:26,30
326. Picková	3:39,00



Lyžařské soustředění - Jizerka

BĚH NA 4 KM

1. Groh	30
2. Tišer	32
3. Pašek	32
4. Šedivá	33
5. Vik	33,30
6. Řehák	34
7. Kvasnička	35,20
8. Drahoňovská	36,15
9. Srb	37,10
10. Bacílková	38,35
11. Mazáček	38,45
12. Chramostová	38,50
13. Valášková	39,20
14. Procházka	39,50
15. Vokněr	40,30
16. Antoš	40,40
17. Šebík	40,40
18. Vilušinský	41,33
19. Majdanová S.	41,55
20. Fišera	43,35
21. Valášková	44,25
22. Boček	44,58
23. Všetěčka	45
24. Stránský	45,18

KOMBINACE

KOMBINACE	BĚH	+ LOB
1. Zakouřil	2,30	60,00
2. Albrecht	2,33	55,45
3. Hudský	2,37	71,15
4. Konopáč M	2,40	68,00
5. Konopáč J	2,42	70,20
6. Holes	2,44	77,00
7. Stránský V	2,45	68,30
8. Vodička	3,03	74,00
9. Brož	3,05	81,15
10. Rejlek	3,10	82,15
11. Folprecht	3,12	80,15
12. Musil	3,13	93,00
13. Novák	3,15	90,45
14. Všetěčka J.	3,19	80,15
15. Stránský P.	3,21	70,00
16. Stránský J.	3,25	86,00
17. Svoboda	3,25	83,45
18. Všetěčka P.	3,27	98,00
19. Beneš	3,28	94,15
Stránský	disk.	
Ulehla	disk.	

Sestavy družstev pro soutěže .

I. liga - dospělí

Zakouřil , Vodička, Havlík,
V. Stránský, P. Stránský, Fol-
precht, Hrubý, M. Konopáč, Vše-
tečková, Matějčíková, Drahonov-
ská, Frýbová

Krajský přebor - dospělí

Procházka, Šmejč, Hudský, N
Fovák, Vlček, Rejlek, Šma-
tolán, Krnáč, Vodičková,
Rybínová, Zakouřilová

I. národní liga - dorost

J. Konopáč, Holas, Beneš,
Všetečka, Horák, Svoboda, Uleh-
la, Benešová, D. Tulková, J.
Tulková, Hanušová

Krajský přebor - žactvo

Smolík, Skořepa, Pašek,
Gráh, Boček, Štránský,
Richterová, Sedivá, Za-
kouřilová, Chramostová

Krajský přebor - dorost

Petráň, Turčín, Stránský, Ře-
hák, Boček, Pokorný, Pícková,
Bočková, Majdanová, Pašková



PŘEHLED O ČLEPSKÉ ZÁKLADĚ

Počet členů oddílů .

muži	15	OB	10	ostatní
ženy	10		5	oddíly
dci	17		5	
dky	10		5	
žáci	15		5	
žákyně	15		5	
<hr/>				
celkem	82		35	

Výbor oddílu

předs. Ing. J. Stránský
 org. prac. J. Havlík
 hospodář P. Stránský
 propagace J. Vodička
 členové V. Ulehla
 Ing. J. Hanuš
 Ing. V. Stránský

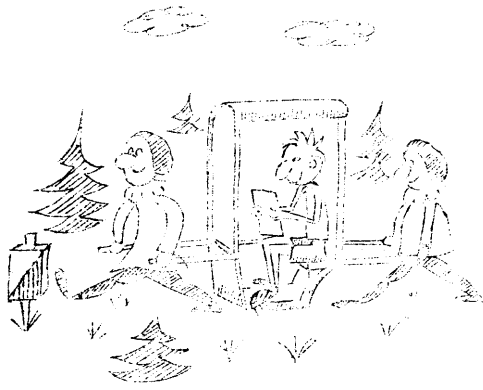
117

Výkonnostní třídy

- I. VT - 35
- II. VT - 22
- III.VT - 10

Zisk tříd v roce 1975

- MB - Zakotůil
 Albrecht
- I VT - J. Konopáč 12 x
 D. Tulková 11 x
 Havlík 9 x
 J. Tulková 8 x
 J. Drahonovská 8 x
 Hrubý 7 x



Zisk tří v roce 1975 pokrač.

I. VT - Hanušová	6 x
Smolík	5 x
M Konopáč	5 x
Folprecht	5 x
Procházka	4 x
Benešová	4 x
Beneš	3 x
P. Vsetečka	2 x
M. Horák	2 x
Frýbová	2 x
P. Ulehla	1 x
I. Majdanová	1 x
Vodička	1 x
H. Vsetečková	1 x
Holas	1 x
Šmetolán	1 x

II. VT

Svoboda, Polas, Turčín, V. Stránský, Vodička, Stránský P. J. Stránský, J. Ulehla, Petrán Vsetečka, Bočková, Vodičková, Novák, Pícková, Rejlek, Majdanová I.

III. VT

P. Stránský M. 17, Pašková, Pašek, Šedivá, Šmejč, Urahnovská B.

I. VT LOB

J. Konopáč, M. Konopáč, Hrubý, Folprecht, Zakouřil, Havlík, Šmetolán, Vodička, J. Stránský, P. Stránský, J. Vsetečka, J. Tulková, Hanušová, Pícková, Benešová, Drahnovská, Horák

II. VT LOB

P. Vsetečka, V. Stránský, V. Bosák, D. Tulková, V. Bočková I. Majdanová

III. VT LOB

Beneš, Novák, Holas



Rozhodčí OB

I. tř. J. Havlík
I. tř. B. Procházka

II. tř. J. Stránský

III. tř. O. Soldán, M. Konopáč, P. Stránský, V. Stránský, Tulka, Turčín, Folprecht, Petrán, Hudský



Trenéři

J. Havlík II. tř. /tr. repr. družstva/
V. Zakouřil II. tř. /tr. repr. družstva juniorů /
J. Vodička II. tř.
M. Albrecht II. tř.
M. Hanušová II. tř.
L. Hrubý III. tř.
V. Bočková III. tř.

Fartograf

J. Vodička

Zástupci TJ Jičín ve vyšších orgánech OB

VSOBKV ČSTV - J. Havlík - pracovník mamové komise
 VSOB ČUV - J. Havlík - sportovně technický úsek
 VSOB OV ČSTV Ing. J. Stránský - předseda

Členové reprezentačních družstev ČSSR

V. Zakouřil - LCB J. Drahoňovská - juniorky

Brigády

Stadion : 242 hodin Mapování : 200 hodin

Významné akce , pořádané oddílem

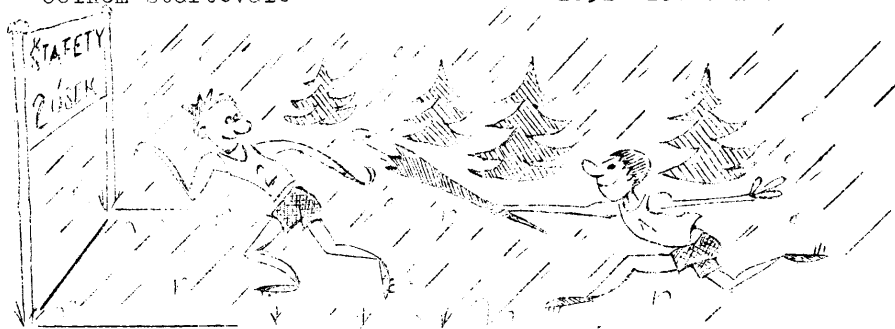
Jarní training. soustředění
 Homole - 3 dny
 Letní training. soustředění
 Jindřich. Hradec 8 dnů
 Zimní soustředění
 Jizerka 5 dny

Pořádané závody

1, II. kolo SHMP	5.4.1975	320 záv.
2, Okresní přebor	15.4.1975	122
3. III. kolo SHMP	23. 4.1975	310
4, Krajský přebor jedn.	2.5.1975	300
5, Krajský přebor štafet	5.5.1975	219
6, Cena Českého ráje	10.5.1975	560
7, Přebor ČSR jedn.	6.9.1975	200
8, Přebor ČSR štafet	7.9.1975	202
9, I. kolo SHMP	4.10. 75	166
10, Bud fit 75	30.10. 75	158
11, Přebor TJ denní a n.	1.11. 75	75

celkem startovalo

2632 závodníků



SPORTOVNÍ KALENDÁŘ OB 1976

17. - 18.1	Krajský přebor LOB ✓	Jičín
25.1.	Jizerská padesátka ✓	Bedřichov
31.1	LOB ✓	Liberec
1.2.	LOB -	Vrchlabí
7. - 8.2.	Přebor ČSR LOB -	Vamberk
14.2.	LOB	Opava
15.2.	LOB	Opava
21. - 22.2.	Mistrovství ČSSR	Žilina
13.2.	II. kolo SHMP	
3.4.	Krajský žebříček soutěž	Vamberk
10.4.	KŽ + KP družst.	Jičín
17.4.	III. kolo SHMP	
25.4.	Okresní přebor	
2.5.	KŽ + KP družst.	Fr. Král.
8.5.	KŽ + KP družst.	Vrchlabí
9.5.	Krajské finále pionýrů	Rychnov
15. - 16.5.	Krajský přebor	Č. Třebová
22.5.	I. národní liga	Hr. Králové
23.5.	I. národní liga	Pardubice
29.5.	I. celostátní liga	Sl. VŠ Praha
30.5.	I. celostátní liga	FS Praha
5.6.	I. národní liga	Doly Kladno
6.6.	I. národní liga	ČKD Slaný
12.6.	I. celostátní liga	Tesla Brno
12.6.	NOB	Kompas H.K.
19.6.	Kr. přebor NOB	Trutnov
26.6.	I. celostátní liga	Gottwaldov
27.6.	I. celostátní liga	Kroměříž
7. - 11.7.	5 dnů OB Jičín	Jičín.
14. - 22.8.	10 dnů OB	Jindř. Hradec
28.8.	I. národní liga	Mladá Boleslav
29.8.	I. národní liga	VŠST Liberec
4. - 5.9.	Přebor ČSR	Slušovice
11.9.	Přebor ČSR noční	Ostrava
18.9.	Mistr. ČSSR noční	Nový Bor
25.9.	KŽ a KP družstev	Rychnov
2. - 3.10.	Mistr. ČSSR	Lučenec
9.10	KŽ a KP družstev	Rychnov
16.10	KŽ a KP družstev	Loko Pard.
23.10.	KŽ	VŠCHT Pard.
30.10	KŽ náhradní závod	Chrast
13.11.	Přebor TJ Jičín	NOB DOB

Soustředění OB 1976

Jarní prázdniny	15. - 19.3.1976	7 dní
Velikonoce	17. - 19.4.1976	3 dny
3 denní Opava	30.7- 1.8.1976	3 dny
Jindřichův Hradec	14. - 22.8.1976	9 dní
Zimní soustředění	17. - 19.12. 76	3 dny

NAŠE ROZHOVORY

v roce 1975 byl prvním členem oddílu
 OB TJ Jičín VÁCLAVU ZAKOUŘILOVI
 udělen titul MISTR SPORTU

je to zasloužilé ocenění jeho dlouholeté sportovní činnosti i jeho závodnických úspěchů, vzorné reprezentace ČSSR v LOB v zahraničí. Redakce ročenky využila pobytu na zimním soustředění na Jizerce a požádala novopečeného mistra sportu o krátký rozhovor. V rušném tréningovém dni se našla volná chvíle jen při obědě, kdy Vašek po namáhavé dopolední části pořádal oběd, jehož kalorická hodnota odpovídala asi trojnásobné dávce běžné stravy v podnicích R a J. Malý Jan Zakouřil /5 let/, který se dopoledne v nepřítomnosti svého otce trochu ulil, zas naopak postrádal otcovu chuť k jídlu, což vedlo k poněkud neurovnané atmosféře rozhovoru. K chvále pedagoga Zakouřila nutno uvést, že se dosti držel a v průběhu rozhovoru nepadla ani sebemenší facka.

Redakce : Můžu si, Vašku, chvilku přisednout, chtel bych Ti dát pár otázek pro ročenku ?

Vašek : Koukám, že to bereš poctivě. Máš papír a tužku. Zatím se mnou nikdo z těch, co se mnou dělali rozhovory ani nemluvil a to by ses divil, co všechno jsem si přečetl, že jsem řekl.

R To bude asi tím, že nejsem od novin a tak jsem ještě nedosáhl profesionální dokonalosti. Já se naopak bojím, že si všechno nestačím zapsat. Teď ale už k první otázce: Jaký je to pocit, být mistrem sportu ?

V Zatím si to moc neuvědomuji, spíš pár lidí okolo mne. Jen syn se mi občas směje : "Mistr sportu, spadl z dortu "

R Kdo Tě přivedl k orientačnímu běhu ?

V Turistika, můj bratr a Sokol Turnov. K výkonnostnímu běhání pak Jarka Havlík. Honzo koukej jíst tu polívku nebo
 / Malý Honza spíš koukal, ale nejedl a tak mistr sportu musel zlikvidovat i jeho talíř polévky, což mu nešlápalo nejmenší potíže/

R Čemu vděčíš za dosažené úspěchy ?

V Poměrně dost tvrdé přípravě, ke které mne vyhecoval Jark Havlík a Bohouš Zemánek a kterou mi umožňuje moje žena. Bez její podpory by to nešlo.

R A co vlohy, talent ?

V Honzo jez, dostaneš lepáka, jestli si umažeš triko. /Honza, asi aby si neumazal triko, mnoho nejedl, takže mistr sportu dostal další talíř s omáčkou/

K tomu talentu bych to řekl takhle : Jako lyžař jsem měl k zimnímu orientáku dobré předpoklady běžecké. Po mapové stránce mi zase vyhovovaly orientačně jednodušší tratě s možností využít dlouhého běhu na paměť

R Hodí se zeptat na Tvůj nejhezčí zážitek

V Moc hezký pocit je vědět, že máš při závodě na všechny soupeře. Fysicky i psychicky. A že když neuděláš chybu, musíš vyhrát. To je ohromný pocit

R Tenhle pocit ale nedostaneš zadarmo.

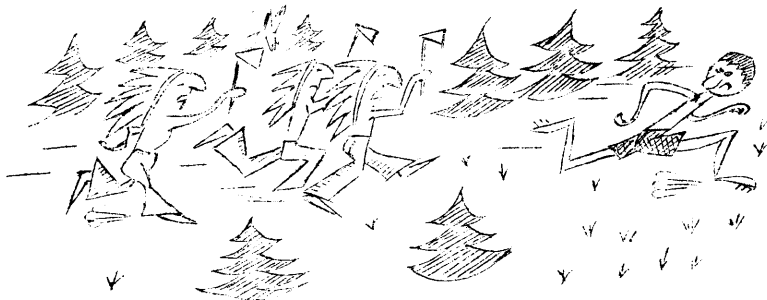
V To už jsem řekl, je to podmíněno přípravou po všech stránkách. /Malý Jan zatím kamsi zmizel, táta mu slíbil, že odpoledne se pojedou projet spolu, tak se šel připravit /

R Už nejsi nejmladší, nemáš někdy chuť předat Sylvu malému Honzovi ?

V Od Tebe to sedí. Nezapomeň, že Honza může začít regulérně od 10 let, tak to musím ještě 5 roků vydržet

R Byla to spíš provokace, ta otázka, myslím si, že Ty to vydržíš daleko déle. Ono to člověka po tolika letech tak snadno nepouští.
Na co se Tě mám ještě zeptat ?

V Myslím, že to stačí. /Povzdech/ . Teď mne život trochu přitáh v podobě třetího Zakouřila. Mám školu, rodinu a na vrcholové výkony nezbyvá čas. Tím spíše, že mám trenérskou funkci v trenong. středisku mládeže a v juniorské reprezentaci. Nu uvidíme.
/ Vašek odešel plnit tu svou třetí treningovou funkci, rodinnou /



AUTOROZHOVOR

Jeden ze zpracovatelů ročenky Procházka požádal o rozhovor jednoho ze zakladatelů oddílu, Mirka Procházku na téma: "Jak to bylo tenkrát "

R Patříš, ač si to možná neuvědomuješ, ke "služebně" nejstarším členům oddílu. Byl jsi už při začátku orientačních závodů v Jičíně. Vzpomínáš si na svůj první závod ?

M Znáš tady v Jičíně daleko víc lidí, kteří pořádali a běhali závody dřív než já. Na prvním místě třeba vzpomenu neúnavného propagátora turistiky a OB zesnulého profesora Loudu. Dále jsou zde jména stále aktivních turistů, jako jsou s. Hylmar, Horáková, Jetelové a dalších. Z oddílu pak Joža a Vláda Stránských, Zdena a Jindra Vodičkoví. Já osobně ty úplně nejdávnější začátky znám jen z vyprávění.

R Tak se zase vrať k tomu svému prvnímu závodu a nesnaž se odvádět řeč .

M To byly idylické časy. Nejdříve se chodilo , doslova chodilo v trojčlenných hlídkách s povinnou zátěží. Hlídka pochodovala od kontroly ke kontrole. Když přišla ke kontrole a příslušný rozhodčí právě svačil, hlídka počkala, pak podal velitel hlášení a následovaly dotazy rozhodčího, jako třeba :

jak se jmenuje vesnice, kterou vidíš v azimutu 150
jak daleko je asi k támhleтому stromu

Pak v chvilku sami někde posvačili, takže časy kolem 4 hodin nebyly ráhodné a znamenaly ještě slušné umístění

R Stále utíkáš od toho prvního závodu. To se Ti nevydařil ?

M Naopak. Běžel jsem sice mimo soutěž, protože jsem neměl druhého do dvojice a dosáhl jsem nejlepšího času . Poprvé a naposledy ve své závodnické kariéře. Bylo to někdy okolo roku 1960. Okresní přebor se startem a cílem v hotelu Pod Šíkmou vžší. Skutečně v hotelu, protože start byl doslova ve výčepu. Většina činovníků, tuším že tenkrát skoro všichni plnili své funkce u piva. Tehdejší systém to umožňoval. Jedna kontrola byla kaple Sv. Almy, další na Trojici, Loreta a pod. Na kontrole nebyl ani rozhodčí, ani lampion. Úkolem závodníka bylo opsat letopočet nad vchodem. To, zda tam nějaký letopočet je, nebo není bafunáři většinou nestačili před závodem kontrolovat, protože "teoretické problémy" okolo stavby takové tratě ve zmíněném výčepu zabraly většinu času určeného pro přípravu závodu. Nejtěžší kontrolou byla jakási kóta nad Šíkmou vžší . Protože tam naši předkové nepostavili žádnou kapli, byl tam vyslán rozhodčí, který měl potvrzovat příchod kontrolou. Byl to jediný z početného sboru pořadatelů, kte

ry byl vyslán přímo do terénu. Údaje o tom, proč na změněné kotě nebyl se liší. Jední tvrdí, že mu tam byla zima. Ostatní, a těch je většina, jsou toho názoru, že obtížnou kontrolu prostě nenašel. Skutečnost však byla taková, že jeho podpis bylo možno získat v útulném prostředí Turistické chaty. Zlí jazykové dokonce tvrdí, že uděloval podpisy za sklenici piva.

- R Skutečně idilické doby. Možná, že by nebylo na škodu se k nim jedenkrát do roka vrátit. Nyní však poslední otázku: Říkáš sám, že nevyhráváš závody. Má to vůbec cenu se honit po lese a končit někde v poli poražených?
- M Čoveče taky si to mnohokrát říkám, ale ono to tak úplně jednoduše nejde. Víš, on je to fantastický pocit, když běžíš, terén ti souhlasí s mapou, pak si říkáš, že tadyhle za tím hříbkem by měla být kontrola a ona tam skutečně čeká....
A s tím umístěním? Závodíme mezi sebou. Stejně usilovně, i když je to třeba někde uprostřed výsledkové listiny.
Krásně tyhle věci vyjádřil můj věčný soupeř Honza Langr z Rychnova. Jednou jsme startovali za sebou s minutovým odstupem. Po namáhavém závodě jsme se sešli na sběrné kontrole. Do cíle jsme opravdu mleli z posledního. Já si chtěl ulevit, tak povídám, jak tak běžíme vedle sebe: "Ty, Honzo, já už vůbec nemůžu". A Honza na tom nebyl lépe: "Já už taky ne, ale Tebe před sebe nepustím". V tom je asi krása celého sportování. Nemyslím v bezhlavém přepínání síla v dobrém umístění za každou cenu, ale někdy i ve zdravém soupeření sám se sebou.

TRÉNÉRSKÉ POVÍDÁNÍ

Několik otázek jsme položili Jindrovi Vodičkovi, který mezi členy oddílu, ale i mezi ostatní orientační veřejností platí za vyhlášeného trenérského teoretika. O tom, že však není jen teoretikem, že dovede i prakticky poradit a hlavně strhnout svým příkladem by mohlo mluvit mnoho těch, kteří pod Jindrovým vedením vyrostli ze začátečníků v závodníky, se kterými se musí počítat i na celostátních závodech.

- R Jaké jsou podle Tebe vlastnosti, které by měl mít hoch, či dívka, kteří ce chtějí věnovat OB?
- J Dobrý výkon v orientačním běhu je nesporně více než v ostatních sportech podmíněn duševními vlastnostmi člověka - jeho psychikou. Každý závod klade vysoké nároky na MYSLENI, které určuje i VOLÍ AKTIVITU závodníka. Předpokladem správného myšlení při OB je dostatek správných informací - VYSOKÁ SENSIBILITA /dobrý zrak, sluch a pod./. Závodník musí být schopen soustředit

pozornost k jednomu cíli, třeba volbě postupu, tedy KONCENTRACE POZORNOSTI . Přitom však musí reagovat na podněty z okolí /orientační body/ DISTRIBUCE POZORNOSTI . Při závodě je třeba určitou situaci i předvídat podle kvality mapy, stavitele trati, terénu, počasí , k tomu je třeba určité dávky FANTAZIE . V tomto výčtu by se dalo pokračovat ještě dost dlouho, jedno je ale zřejmé na první pohled : Úspěch dosáhne ten, kdo umí abstraktně i konkrétně uvažovat, komu to "pálí". Jeden z ukazatelů "pálivosti" může být i prospěch ve škole, zejména v matematice.

- R Dík za vyčerpávající teoretické pojednání. Věřím, že si jej přečtou i vyšší orientační funkcionáři, kterým samozřejmě ročenku zašleme. Co takový sportovec provozováním OB získá pro svůj další život ?
- J Co se získá orientačním během ? Já osobně se mohu pochlubit zeleným tričkem, třemi teplákovými soupravami, jednou slánkou a jedním popelníkem, bolestivým levým kolenem a prvou patou.
- R Já to triko mám taky. Byla to první hmotná podpora, kterou jsme od TJ dostali. Na rozdíl od kolegů v jiných, "novitějších" sportech jsme tehdy museli dost dlouho běhat, než jsme si ho vysloužili. Ale tehdy jsme si na tom oddílovém drezu dost zakládali. To říkám taky trochu kvůli svému synovi, který ještě ani pořádně nezavodil a už má tepláky s barevným lampasem. Já mu je přeji, teď je jiná doba, ale měl by právě v nich ukázat své kvality.
- Zlí jazykové tvrdí, že jsi spíše zástancem "tvrdší tréninkové školy". Podle zásady : musíš denně běhat 10 km a když se ti to některý den nehodí, nevadí, musíš druhý den naběhat 20. Co Ty na to ?
- J /teď jsem asi Jindru trochu naštvál. Něco zabručel, že to není pravda, že právě tohle nikdy neprosazoval, právě naopak. Pak se však vrátil do role interwiovaného a odpověděl do bloku /
- Zlí jazykové nejsou informováni. Nikoho nenutím, pouze důrazně přesvědčuji. To za prvé. Za druhé se nejedná o 10, ale o 20 km denně. Za třetí : podle mne se to hodí každý den.
- R Kam myslíš, že směřuje vývoj v našem sportu ?
- J Protože svým terningovým metodám dělám značnou propagaci i mezi ostatními trenéry z celé republiky, doufám, že i jejich svěřenci přejdou na těch 140 km týdně. Když si dále uvědomím, že se nynější špičky postupně věnují jiným záležitostem, například manželským, kdežto já si stále udržuji optimální svěžest, vývoj OB v ČSSR je mi zcela jasný. Za 5 až 10 let budu nejlepším závodníkem v ČSSR

- R Jak hodnotíš šance jednotlivých družstev TJ Jičín pro příští sezonu ?
- J Jestliže do TJ Jičín přestoupí všichni reprezentanti, běh dá, že vybojujeme zpět ligu i v dospělých
- R Nejhezčí a nejhorsí Tvůj závodnický zážitek.
- J Nejlépe jsem se cítil na závodě v Bělečku u Hradce Kr. Když jsem vyběhl na kopeček před sběrnou, všechno ze mě spadlo. Já nakonec taky a sladce jsem usnul. Nejhorší zážitek - to když mne začali probouzet. Nebýt to Jana Zakouřilová /má silného muže/ byl bych moc zlej.

Poznámka redakce :

Věříme, že čtenáři ročenky, kteří Jindra znají, nebudou jeho slovům přičítat nepatřičný význam. A Ti co jej neznají ? Měli by se s ním co nejrychleji seznámit

VÝSLEDKY GRAND PRIX 1975

závodu, který Jindra velmi obětavě celý rok stavěl startoval, v cíli zapisoval, vyhodnocoval a počítal

Grand prix představuje 9 závodů na 3 tratích dle stáří. Ne všichni absolvovali všechny závody, pořadí je dáno součtem bodů z absolvovaných závodů.

JMÉNO	ZÁV	BODY			
1. Konopáč J	7	401	16. Brendl	5	161
2. Beneš	9	392	17. Svoboda	5	159
3. Hrubý	6	300	18. Groh	6	136
4. Holas	7	306	19. Procházka	3	115
5. Stránský P	7	299	20. Šochor	8	113
6. Benešová	9	282	21. Řehák	5	99
7. Konopáč M	5	265	22. Novotný	4	93
8. Stránský J.	6	215	23. Zakouřil	2	93
9. Hanušová	4	206	24. Boček F.	5	87
10. Kužel	7	206	25. Všetečka	3	85
11. Havlík	4	195	26. Ulehla	4	85
12. Smolík	6	186	27. Picková.	3	51
13. Rejlek	7	185	28. Boček K.	4	50
14. Stránský Pavel	8	166	29. Pašek	2	47
15. Smejkal	5	165	30. Bočková	2	25

Rámcový treninkový plán STN a TJ Jičín OB pro rok 1976

Počty km	žactvo	dky	m.dci	ženy	st.dci	J a M
I. př. obd. 1.12 - 30.3.	300	400	600	800	1000	1400
II. př. obd. 1.4. - 15.5.	90	120	180	200	300	350
jarní záv. 16.5.- 30.6.	90	120	180	200	300	350
III. př. obd. 1.7.- 31.8.	140	180	250	320	400	500
podz. záv. o.1.9.- 15.10.	90	120	180	200	300	350
přech. obd. 16.10. 30.11.	40	60	60	80	100	150
celkem km	750	1000	1450	1800	2400	3500

I. přípravné období

-běžecký trenink velkého objemu /TF 130 - 150/

-běh na lyžích, delší výlety

- všestrannost - tělocvična

Mapa - evidence map - statistika - kartotéka - chyby -

- rozbor závodů - rozbor postupů - stavba tratí

od března - dlouhé přeběhy s mapou - liniové běhy 60 až

90 min. - trening. závody azimutové - Švýcarská hra -

- pamětové běhy - běhat nízkou rychlostí s důrazem na orientaci

II. přípravné období

-běžecký trenink vyšší intenzity / TF 160 - 200 /

-rychlost, interval. trenink, síla - posil., běh do kopce

Mapa - spoj. fyzické přípravy s orient. technikou, naběhat

mnoho km na mapě - využ. fixních kontrol - odstr. chyb

minulé sezóny - klamné kontroly, shluky kontrol, azimu

běh po vrstevnici, scorelauf, Běháme svižně, těžiště

treninku je však v technice a přesnosti duševní práce

ne v rychlosti

jarní závodní období

-závody jsou hlavním úkolem - udržení, př. zlepšení závodní

formy - počet km klesá, kvalita dosahuje maxima - int. tr.

- po závodech vyklusání

Mapa - mapovou přípravu kombinovat s fyzickou - hodnocení

a sledování taktiky soupeřů, záznam postupů

III. přípravné období

-příprava k druhému vrcholu - 14 dní odpočinek - potom ob-

dobu jarní přípravy = nejprve vytrvalost, ve druhé polovině

rychlost

Mapa - treninkové soustředění

podzimní závodní období

-hlavním úkolem jsou opět závody - nepolevovat v treninko-

vé činnosti! Mapa - trenink - taktická příprava na každý

závod

přechodné období

-odpočinek po sezóně - lehký trenink - všestrannost

Mapa - rozbor závodů sezóny - statistika - evidence

Ekvidistance
5 m

1:10000

Legenda

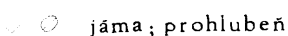
dle klíče IOF



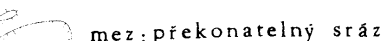
rýha



kupka



jáma; prohlubení



mez; překonatelný sráz



skalnatý sráz



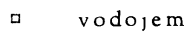
vodoteč



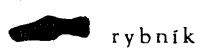
potok



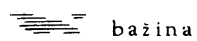
jáma s vodou; pramen



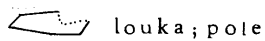
vodojem



rybník



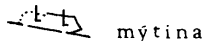
bažina



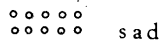
louka; pole



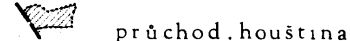
průchodný les



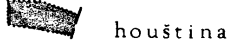
mýtina



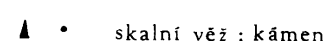
sad



průchod. houština



houština



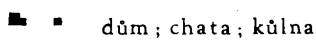
skalní věž; kámen



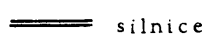
oplocenka; plot



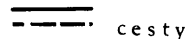
sídliště



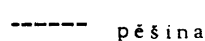
dům; chata; kůlna



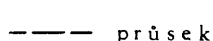
silnice



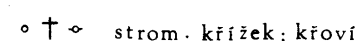
cesty



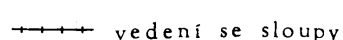
pěšina



průsek



strom; křížek; křoví



vedení se sloupy



světlinka; houštinka



posed; krmelec

