

Před startem jsme vyzpovídali Ústředního trenér mládeže ČSOS, Marka Cahla. Prozradil, na co si dát v lese pozor, proč běží 21C přes 200 lidí a také svoje tipy na vítěze.

AHOJ MÁRO, KOUKAL JSEM, ŽE JEDEŠ NA JARNÍ POHÁR, JAK SE NA LETOŠNÍ ROČNÍK TĚŠÍŠ A CO OD NĚHO OČEKÁVÁŠ?

Mára: Ahoj, těším se pořád jak za mlada. Pro mě to jsou letos první závody v ČR, setkání s kamarády, které jsem přes zimu neviděl. Těším se na dobrý orientáček v typickém hradeckém rovinatém terénu, který dokáže pozlobit.

PO KOLIKÁTÉ NA JARNÍ POHÁR POJEDEŠ?

Mára: Nedokážu spočítat, ale předpokládám, že okolo deseti účastí už bylo.

TAK TO UŽ MÁŠ HODNĚ ZKUŠENOSTÍ. CO BY JSI PORADIL SVÝM SVĚŘENCŮM, JAK SE POPASOVAT S RYCHLÝM TERÉNEM?

Mára: Rychlý terén vybízí ke zběsilému tempu a zbrklému jednání, takže určitě toto omezit a nebát se zpomalit v zelených dohledávkách. Dbát na to, že stále bude potřeba běhat informovaně, jak v rychlých, tak i v zarostlejších pasážích.

URČITĚ MÁŠ PŘEHLED, JAK DOROSTENCI TRÉNOVALI PŘES ZIMU. PROZRAĎ NÁM, KTERÉ ŠTAFETY JSOU MEZI TVÝMI FAVORITY V DOROSTU?

Mára: Když se dívám na ORIS, mezi holkama by měly být vpředu štafety Pardubic, Pragovky, zahanbit se nenechají ani štafety hradeckých oddílů a brněnských Žabin. U kluků čekám boj Luhanů, Prostějova, Pardubic, Žabin, obou domácích oddílů. Doufám, že se k uvedeným připojí co nejvíc dalších týmů.

A CO V DOSPĚLÝCH?

Mára: V dospělých mi hypotézy už vyfoukl Běda, já bych to po něm asi jen opakoval.

A JAK SI NA TOM BUDE STÁT TVOJE ŠTAFETA?

Mára: Já bych se měl vejít do MIXů. Tam zkusíme bojovat o bednu!

TO JSOU VYSOKÉ AMBICE. ZPÁTKY K DOROSTU. V NEDĚLI JE KLASICKÁ TRAŤ VYPSANÁ JAKO NOMINAČNÍ ZÁVOD NA STŘEDOEVRPSKÝ POHÁR DOROSTU. CO TO JE ZA NOVINKU?

Mára: Středoevropský pohár dorostu - CEYOC, vymyslel Dušan Vystavěl s cílem sbírání mezinárodních zkušeností u mladších závodníků. Letos s centrem v Hranicích na Moravě se akce koná poprvé. Kromě našich závodníků by měl přijet dorost ze Slovenska, Maďarska, Polska a Německa. Pro některé závodníky může být soupeření s takovou konkurencí novou zkušeností, a to je asi hlavní význam těchto závodů.

A KOLIK DOROSTENCŮ SE MŮŽE NOMINOVAT?

Mára: Nominovat se mohou všichni, my ale vybereme vždy šest mladších i starších dorostenců a dorostenek, kteří se nejlépe umístí v kategorii H21C, resp. D21C. Takže dohromady vybereme v neděli 24 závodníků.

NA KANDIDÁTY SE PTÁT NEBUDU, TO BY BYL DLOUHÝ SEZNAM. BĚŽÍŠ STEJNOU KATEGORII JAKO SVĚŘENCI, MYSLÍŠ, ŽE JE DOKÁŽEŠ PORAZIT?

Mára: Vzhledem k mé současné trénovanosti - doufejme, že jich moc neporazím :) V tréninku nestačím ani rychlejší šestnáctkám. Ale závodit budu naplno, v lese s mapou se některé rozdíly smažou...

TAK TO MI NEZBÝVÁ NEŽ POPŘÁT HODNĚ ŠTĚSTÍ.



noční štafety klasika
18 ————— 20
3 / 16