



## **Závěrečná zpráva projektu**

**Sportovní centrum dětí v orientačním běhu –  
Sportovní o.p.s**

**Praha, listopad 2013**

## **Obsah závěrečné zprávy:**

- a) Název projektu
- b) Příjemce projektu
- c) Garant projektu
- d) Seznam zařazených talentů do sportovního centra, s vyznačením získaných licencí A, B, případě vyřazení závodníků ze sportovního centra sdělit důvod vyřazení
- e) Hlavní cíle projektu
- f) Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu
- g) Personální zajištění činnosti sportovního centra dětí
- h) Seznam akcí sportovního centra dětí, u každé akce sdělit počet zúčastněných závodníků a trenérů; vyhodnocení jednotlivých akcí; uvést kolik závodníků a v jakém rozsahu měli zajištěny lékařské prohlídky
- i) Přiložit tabulku výsledků zařazených závodníků, viz vzor „Přehled výsledků SCM 2005 Královehradeckého kraje“
- j) Vyhodnocení plnění hlavních cílů projektu
- k) Hodnocení projektu dle daných kritérií
- l) Ekonomické vyhodnocení činnosti sportovního centra dětí a použití příspěvku Nadace orientačního běhu
- m) Informace o činnosti v médiích, na webu apod.
- n) Předpokládaný další vývoj

### **Název projektu**

Sportovní centrum dětí – Sportovní o.p.s (dále SCD - Sportovní o.p.s.)

### **Příjemce projektu**

Sportovní centrum dětí – Sportovní o.p.s

### **Garant projektu**

Ing. David Rožek, Ruská 1118/1, 251 01 Říčany

Projekt byl předkládán v rámci Sportovní o.p.s., statutárním zástupcem je Ing. David Rožek, ředitel společnosti. Sportovní o.p.s. zaštiťuje zájmový kroužek orientačního běhu v Říčanech u Prahy. Děti, které se orientačnímu běhu věnují na „výkonnostní úrovni“ a pravidelně závodí, jsou registrovány pod oddílem VŠSK MFF UK– oddíl orientačního běhu vysokoškolského sportovního klubu matematicko fyzikální fakulty UK (dále jen MFP); z tohoto klubu jsou také všichni trenéři Sportovní o.p.s.

### **Seznam talentů zařazených do sportovního centra**

Oproti výchozímu stavu byla ze Sportovního centra vyřazena Tereza Kocourková z důvodu minimální účasti na trénincích a závodech v roce 2013. Naopak vzhledem k závodním výsledkům a tréninkové morálce byl do centra zařazen Filip Thein.

Vyznačené licence A a B jsou získané v roce 2013

Jako „sledovaný“ byl veden Martin Šimša, protože závodil v kategorii H12, přestože věkově spadl do kategorie H10.

	Jméno	Kategorie	Licence	Registrace	e-mail, telefon
1.	Eliška Siegllová	D14	A	MFP9950	<a href="mailto:sieglovi@sieglovi.cz">sieglovi@sieglovi.cz</a>
2.	Marie Vyhnálková	D12	A	MFP0151	<a href="mailto:hamira@centrum.cz">hamira@centrum.cz</a>
3.	Hana Šrámková	D12	B	MFP0051	<a href="mailto:p1.sramek@seznam.cz">p1.sramek@seznam.cz</a>
4.	Matyáš Jiroušek	H14	B	MFP9901	<a href="mailto:ala@centrum.cz">ala@centrum.cz</a>
5.	Matyáš Siegl	H12	B	MFP0103	<a href="mailto:sieglovi@sieglovi.cz">sieglovi@sieglovi.cz</a>
6.	Martin Šimša*	H12	B	MFP0300	<a href="mailto:jana.simsova@seznam.cz">jana.simsova@seznam.cz</a>
7.	Barbora Šimšová	D12	B	MFP0150	<a href="mailto:jana.simsova@seznam.cz">jana.simsova@seznam.cz</a>
8.	Bára Sládečková	D12	B	MFP0250	<a href="mailto:sladeczek@antre.cz">sladeczek@antre.cz</a>
9.	Filip Thein	H14	B	MFP9900	<a href="mailto:andrea.thein@volny.cz">andrea.thein@volny.cz</a>
10	Františka Rohlíčková	D14		MFP9952	<a href="mailto:rohlickovi@atlas.cz">rohlickovi@atlas.cz</a>
11	Antonín Forst	H12		MFP0101	<a href="mailto:forstova@ms.mff.cuni.cz">forstova@ms.mff.cuni.cz</a>
12	Máša Pelikánová	D12		MFP0050	<a href="mailto:lucka@ksvi.mff.cuni.cz">lucka@ksvi.mff.cuni.cz</a>
13	Adam Vojta	H12		MFP0204	<a href="mailto:h.vojtova@email.cz">h.vojtova@email.cz</a>
14	Alois Rohlíček	H12		MFP0200	<a href="mailto:rohlickovi@atlas.cz">rohlickovi@atlas.cz</a>
15	David Zicha	H12		MFP0105	<a href="mailto:hana.zichova@asu.cas.cz">hana.zichova@asu.cas.cz</a>
16	Jan Votruba	H12		MFP0201	<a href="mailto:michaela76votrubova@gmail.com">michaela76votrubova@gmail.com</a>
17	Lukáš Rejnek	H12		MFP0203	<a href="mailto:irena.rejnkova@tiscali.cz">irena.rejnkova@tiscali.cz</a>
18	Sebastian Macura	H12		MFP0202	<a href="mailto:msona@seznam.cz">msona@seznam.cz</a>
19	Tomáš Vedral	H12		MFP0205	<a href="mailto:helena.vedralova@gmail.com">helena.vedralova@gmail.com</a>
20	Lukáš Libiger	H14		MFP0001	<a href="mailto:mllibigerova@seznam.cz">mllibigerova@seznam.cz</a>
21	Daniel Praženka	H14		MFP0104	<a href="mailto:j.praz@seznam.cz">j.praz@seznam.cz</a>

## Hlavní cíle projektu

Hlavní cíle projektu jsou pokračovat v nastoupeném trendu, t.j., přitáhnout a motivovat k orientačnímu běhu děti ze spádové oblasti Praha-východ - východní část Prahy, podchytit talenty a díky nim udržet přední místa v krajských oblastních soutěžích.

Dílčí cíle směřující k naplnění těchto hlavních cílů jsou pak:

- Věnovat se kroužku orientačního běhu v rámci Sportovní ops. s OB registrací v oddíle MFP. Z dětí vybírat talenty, kteří budou zařazeni do SCD. V současnosti se jedná o 21 dětí z 43 v kroužku; dalších 5 dětí závodících v mladších žákovských kategoriích se také účastní aktivit centra v plném rozsahu.
- Zajistit tréninky a soustředění tak, aby motivované děti byly dobře připraveny na závody v sezóně.
- Udržet výkonnostní pozici v rámci oblasti Praha: dosáhnout na medailové umístění týmu dětí Sportovní o.p.s. v celkovém hodnocení Pražského poháru žactva, a dosáhnout alespoň tří titulů mistrů pražské oblasti.
- Dosáhnout alespoň 4 individuálních nominací do družstev pražské oblasti na mistrovství ČR na podzim 2013.
- Účastnit se závodů žákovských štafet v rámci nominace Pražské oblasti, dosáhnout na stupně vítězů alespoň v jedné stafetě.
- Navíc zajistit přechod talentovaných žáků/žákyň do výkonnostních oddílů dorostu při jejich nástupu do kategorie DH16.

## Plnění realizačního plánu a časového harmonogramu

1. V rámci každoročního náboru na začátku školního roku zajistit, že v kroužku je dostatečný počet dětí.  
V kroužku je k 1.11.2013 evidováno 43 dětí.
2. Provoz webu <http://www.sportovniops.cz/ob/>, který slouží ke sdílení informací a větší transparentnosti naší činnosti.  
Web je funkční, obsahuje informace o trénincích a závodech, příspěvky dětí – dojmy ze závodů, odkazy na oddílové fotografie apod
3. Zajištění pravidelných společných tréninků dvakrát týdně. Jeden trénink je mapový, druhý je zaměřen na všeobecnou fyzickou / běžeckou přípravu. Během zimních měsíců zajistit trénink v tělocvičně.  
Tréninky probíhají v pondělí (fyzická příprava) a ve středu (mapa, v zimě tělocvična)
4. Testování fyzické připravenosti. Na počátku sezóny změřit výkon dětí v běhu na 12 minut na dráze.  
12-ti minutovka proběhla na dráze Sokola Říčany na jaře i na podzim. Výsledky jsou k dispozici na Webu - <http://www.sportovniops.cz/ob/treninky---vysledky>
5. Soustředění. Zajistit 3 soustředění během sezóny. Jedno zimní soustředění na běžkách, jedno jarní mapové a letní-podzimní běžecké soustředění.  
Byla zorganizována 3 soustředění: jedno soustředění orientačního běhu v září (původní dubnový termín byl zrušen kvůli nenadálé vydatné sněhové nadílce), běžky v Krušných horách v lednu a horská kola v Jizerských horách v září.
6. Vyhodnocování výsledků. Během tréninků budou některé vybrané aktivity bodovány – jak běžecko výkonnostní kritéria, tak obecná psychická připravenost (postupy na mapě apod). Hodnocení bude periodicky vyhlášováno.  
Bodování tréninků probíhá a výsledky jsou k dispozici na Webu oddílu: <http://www.sportovniops.cz/ob/body>. Děti si mohou za nasbírané body „koupit“ výbavu jako např. tričko, pouzdro na popisy, lampion, nebo buzolu (viz stejný odkaz)
7. Vyhodnocení činnosti SCD – Sportovní o.p.s., plán na další rok  
Formální vyhodnocení probíhá dvakrát ročně – po ukončení jarní a podzimní sezóny. Vyhodnocení roku 2013 – viz tato závěrečná zpráva. Ve stručnosti lze shrnout, že všech cílů bylo dosaženo.

leden/únor: soustředění na běžkách - Boží Dar v Krušných horách  
pravidelné tréninky (2x týdně - tělocvična, kondiční běh v terénu)

březen, duben jarní soustředění přesunuto na září kvůli půl metru sněhu v lokalitě Jedovnice-Křtiny  
pravidelné tréninky (2x týdně – mapový trénink, fyzická příprava)  
závody – jarní pražský žebříček  
testování – dvanáctiminutovka na stadionu Sokola Říčany

květen, červen pravidelné tréninky (2x týdně – mapový trénink, fyzická příprava)

1. vrchol sezóny: Pražský pohár žactva  
další závody – pražský žebříček, národní žebříček B pro vybrané závodníky  
červenec, srpen letní vícedenní závody (Pěkné prázdniny, ...)  
září, říjen pravidelné tréninky (2x týdně – mapový trénink, fyzická příprava)  
soustředění orientačního běhu přesunuté z jara – Jedovnice, Křtiny  
soustředění – horská kola, chata Tesanka v Jizerských horách  
2. vrchol sezóny: Mistrovství ČR štafet a družstev  
závody – podzimní pražský žebříček  
listopad pravidelné tréninky (2x týdně – mapový trénink, fyzická příprava)  
SMIK  
fyziologické vyšetření  
ukončení sezóny, vyhodnocení výsledků

## Personální zajištění činnosti SCD

	Jméno	Oddílová registrace	e-mail, telefon
1.	David Rožek	MFP7403	rozek@seznam.cz
2.	Petra Rožková	MFP7551	<a href="mailto:prozkovala@seznam.cz">prozkovala@seznam.cz</a>
3.	Jan Rohlíček	MFP7101	<a href="mailto:rohlickovi@atlas.cz">rohlickovi@atlas.cz</a>
4.	Roman Siegl	MFP6700	<a href="mailto:sieglovi@sieglovi.cz">sieglovi@sieglovi.cz</a>
5.	Gabriela Hudosová	KSU7299	<a href="mailto:ghudosova@centrum.cz">ghudosova@centrum.cz</a>

## Seznam akcí a vyhodnocení

	Akce	Účast - děti	Účast – trenéři	Vyhodnocení
1	Pravidelné tréninky	21*	5	Na trénincích probíhá „bodování“ zábavnou formou. To vede k soutěživosti a výkonnosti
2	Soustředění	21*	5	Všechna soustředění byla zaměřena na rozvoj pohybových a orientačních dovedností. I vzhledem k pěknému počasí se podařilo maximálně využít čas a soustředění byla přínosem.
3	Jarní závody oblastního žebříčku a pražské mistrovské závody	17*	5	Na jarních závodech si 5 dětí z SCD vyběhlo licenci B. V individuálním hodnocení jsme získali 1 první, 3 druhá a 1 třetí místo.  Získali jsme 3 tituly přeborníka oblasti (kraje) – jak bylo stanoveno v cílech. Dále jsme získali 3 druhá a 1 třetí místo
4	Podzimní závody oblastního žebříčku	16*	5	Všechny děti se úspěšně účastnili podzimního žebříčku, 3 děti z SCD si zkusili běžet vyšší kategorii než do které věkem patří 8 dětí si vyběhlo nebo potvrdilo licenci B V individuálním hodnocení jsme získali 3

				první, 1 druhé a 3 třetí místa
5	Pražský pohár žactva	18*	5	Stejně jako v minulém roce družstvo MFP získalo 2. místo v celkovém hodnocení PPŽ, čímž splnilo stanovený cíl V individuálním hodnocení jsem získali 1 první a 3 třetí místa.
6	Národní žebříček jednotlivci	3	1	Marie Vyhnálková, Eliška Siegllová a Hana Šrámková se pravidelně účastnily závodů národního B žebříčku. Marie a Eliška si vyběhly licenci A.
7	MČR družstva	9	2	9 dětí z SCD bylo nominováno do družstev Pražské oblasti. Martin Šimša, Marie Vyhnálková a Eliška Siegllová byli členy stříbrného družstva žáků pražské oblasti
8	Závody štafet	9	2	Děti z SCD byly zařazeny do štafet pražské oblasti. Vyhnálková a Siegllová spolu s Dědkovou z TAP vyhrály závod štafet při M-ČR v Jablonci v kategorii D14
9	Testování 12-minut	16	2	Testování na dráze proběhlo na jaře a na podzim a děti splnili kriteria.

\* Účast uvedená v tabulce se týká pouze dětí z SCD. Akcí se ale účastní také děti, které nejsou vedeny v SCD.

Děti vedené v rámci SCD absolvovaly zdravotní prohlídku 20.11.2013 - MUDr. Heinige, Thomayerova fakultní nemocnice Krč. Provedeno bylo standardní fyziologické vyšetření (rozběr moči, měření tepu/tlaku, ...) a dále vyšetření po fyzické zátěži.

## PŘEHLED VÝSLEDKŮ Sportovní o.p.s. 2013 :

### Individuální výsledky

#### 1/ Pražský pohár žactva:

		1	2	3	4	celkově	licence pro 2014
Vyhnálková M.	D12	-	2	5	3	3	B
Siegllová	D14	1	2	1	1	1	B
Šrámková	D12	4	9	3	2	4	B
<i>Šimša</i>	<i>H12</i>	<i>2</i>	<i>-</i>	<i>7</i>	<i>1</i>	<i>3</i>	<i>B</i> <i>běhal H12</i>
Jiroušek	H14	-	5	3	3	3	B
Rohličková F.	D14	8	10	5	-	10	
Šimšová B.	D12	7	-	3	5	5	
Siegl	H12	-	-	-	10	27	
Forst	H12	13	9	10	9	13	
Sládečková	D12	9	-	7	-	13	
Votruba	H12	18	5	20	14	11	
Rejnek	H12	-	12	19	12	17	
Rohliček	H12	22	25	15	-	30	
Macura	H12	-	18	18	-	36	
Vedral	H12	-	20	-	-	37	
Thein	H14	9	12	4	-	8	
Libiger	H14	-	-	7	-	17	

#### 2/ Pražské oblastní mistrovství 2013 (do 6. místa):

		Klas.	Sprint	Krátká
Siegllová Eliška	D14	1	1	2
Vyhnálková Marie	D12	2	1	-

Grantový program Sportovní centra dětí orientačního běhu ročník 2013

Šimša Martin	H12	-	3	2
Šrámková Hana	D14	5	4	4
Šimšová Barbora	D12	-	-	4
Thein Filip	H14	-	6	-

**3/ Pražský žebříček - jaro:**

		1	2	3	4	5	6	celkově	licence pro 2014
Vyhnálková M.	D12	1	1	1	-	2	3	1	B
Sieglová	D14	-	1	4	2	1	-	2	B
Šrámková	D12	-	4	3	4	5	-	3	
<i>Šimša</i>	<i>H12</i>	<i>4</i>	<i>3</i>	<i>4</i>	<i>2</i>	<i>7</i>	<i>4</i>	<i>2</i>	<i>B běhal H12</i>
Šimšová B.	D12	5	8	7	4	10	9	4	B
Thein	H14	6	6	7	14	-	-	2	B
Pelíkánová	D14	11	-	-	-	12	7	5	
Rohličková F.	D14	-	-	-	-	-	10	9	
Jiroušek	H14	7	-	-	-	-	-	10	
Siegl	H12	11	-	-	-	-	11	15	
Forst	H12	-	-	12	-	-	-	18	
Sládečková	D12	18	-	9	19	-	-	10	
Rohliček	H12	-	18	-	-	-	-	25	
Vedral	H12	25	20	-	20	28	17	13	
Votruba	H12	26	-	-	-	-	-	27	
Rejnek	H12	21	-	-	-	-	-	23	
Zicha	H12	-	-	-	-	29	-	29	

**4/ Pražský žebříček - podzim:**

		1	2	3	4	5	6	7	8	celk.	lic. 2014
Vyhnálková M.	D14	1	1	1	2	1	3	2	2	1	B
Sieglová*	D16	2	1	-	1	-	1	1	-	1	B
Šrámková	D12	4	6	-	3	4	5	5	-	3	B
<i>Šimša**</i>	<i>H12</i>	<i>1</i>	<i>1</i>	<i>3</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>3</i>	<i>2</i>	<i>2</i>	<i>1</i>	<i>B</i>
Šimšová B.	D12	2	7	6	11	2	7	2	2	2	B
Siegl	H12	3	3	5	3	6	8	4	3	3	B
Sládečková	D12	-	5	-	19	9	11	11	-	3	B
Forst	H12	-	8	-	-	10	7	6	4	7	
Thein	H14	-	-	4	7	4	6	-	-	2	B
Pelíkánová	D12	-	8	-	-	5	-	-	-	7	
Rohličková F.	D14	-	8	-	-	16	-	-	-	8	
Jiroušek	H14	-	-	-	-	14	25	-	-	8	
Libiger	H14	-	-	6	-	-	10	-	-	9	
Votruba	H12	-	-	-	-	-	-	20	-	25	
Rejnek	H12	-	-	-	29	-	-	22	-	23	
Zicha	H12	-	-	-	32	-	27	-	-	22	

\*na podzim běhala D16

\*\* běhal H12

**5/ Národní žebříček B – Čechy:**

		1	2	3	4	5	6	7	8	celkově	licence
Vyhnálková M.	D14	80.90	92.99	89.33	-	78.46	73.86	94.59	80.58	8	A
Sieglová E.	D14	81.47	77.69	79.63	-	101.27	81.24	82.12	64.58	14	A
Šrámková H.	D14	75.48	66.93	68.85	-	61.05	33.25	76.68	46.55	29	B

**6/ Štafety a družstva:**

V Mistrovství ČR žákovských družstev byli Šimša, Sieglová a Vyhnálková členy stříbrného pražského družstva.

V kategorii D14 Vyhnálková M. a Siegllová byly zařazeny do štafety Pražské oblasti PHA-1 (spolu s Teodorou Dědkovou z TAP Praha). Tato štafeta vyhrála veřejný závod při M-ČR v Jablonci

### Oddílové výsledky:

Enacon Liga – 1. místo (1.MFP, 2.KAM, 3. DKP)

Pražský pohár žactva – 2.místo (1. KAM, 2. MFP, 3. DKP)

### Vyhodnocení hlavních cílů projektu

Hlavní cíle projektu byly jednoznačně dosaženy:

- Současný počet dětí – mladých orientačních běžců a běžkyň - je 43, z toho 21 je zařazeno do SCD.
- Trénink 2x týdně a 3 oddílová soustředění v roce 2013 připravily děti na závody v sezóně.
- Výkonnostní pozice v rámci oblasti Praha je v roce 2013 jednoznačná: oddíl MFP skončil 2. z 17 oblastních oddílů v celkovém hodnocení Pražského poháru žactva a vyhrál podzimní Enacon ligu, v kategoriích DH12/14 jsme získali 3 tituly mistrů pražské oblasti, 3 tituly vicemistrů a 1 třetí místo.
- 9 dětí bylo nominováno do družstev pražské oblasti na mistrovství ČR na podzim 2013. Družstvo PHA-1 (zastoupení MFP – Šimša, Vyhnálková, Siegllová) získalo stříbro na M-ČR 2013
- Štafeta PHA-1 (zastoupení MFP – Vyhnálková, Siegllová) vyhrála závod při M-ČR na podzim 2013.
- Dvě závodnice (M. Vyhnálková a Siegllová) získaly licenci A z národního žebříčku.
- Některé z talentovaných dětí, které opouštějí žákovské kategorie, jsou zařazeny do SCM pražské a středočeské oblasti a současně přestupují nebo hostují v oddílech, kde je zaměření i na trénink dorostu. Momentálně jde o B. Vyhnálkovou (hostování v DKP již od 2013) a E. Siegllovou (plánovaný přestup do PGP v 2014).

### Vyhodnocení projektu dle daných kritérií

Kritéria nadace OB se soustředí na získané licence A a B.

V roce 2013 jsme získali dvě licence A a sedm licencí B – celkem 9 licencí. To je o tři více než na začátku roku 2013, v době žádosti o grant. Projekt lze tedy také hodnotit jako velmi úspěšný i z tohoto hlediska.

### Rozpočet projektu

#### Příjmy

Nadační příspěvek	20 000 Kč
Příspěvek Sportovní o.p.s.	20 000 Kč

#### Výdaje (doložené k nadačnímu příspěvku)

Fyziologické vyšetření (DPP)	5 000 Kč
Soustředění Arnika (ubytování a strava)	37 180 Kč



Celkové náklady na činnost SCD - Sportovní o.p.s. byly v roce 2013 vyšší než výše uvedený rozpočet. Konkrétně se jedná zejména o náklady na soustředění, dopravu na tréninky a na závody, nákup map, nákup spotřebního materiálu, atp. Tyto náklady byly financovány z jiných zdrojů. Celkové financování společnosti je zřejmé z každoroční výroční zprávy.

## Činnost v médiích

SCS Sportovní ops. provozuje svůj Web <http://www.sportovniops.cz/ob/>, na kterém jsou uveřejňovány informace ve standardních rubrikách jako „Akce/Závody“, „Body“ – ohledně vnitrooddílového bodování a odměn za body, „Mapy“ s odkazem na mapy v okolí Říčan a mapový server, apod. Ukázalo se, že tento Webový portál hraje úlohu při rozhodování o mimoškolních aktivitách dětí. Setkali jsme se s komentáři typu „vybrali jsme si kroužek orientačního běhu, protože v Říčanech máte ze všech kroužků nejlepší Web“.

Dále bylo také periodicky publikováno o našem kroužku/oddíle a jeho výsledcích v místním periodiku „Říčanský kurýr“, viz <http://info.ricany.cz/mesto/rocnik-2013> .. Toto také vede o vytváření povědomí o oddíle a jeho úspěších v oblasti a vede k popularizaci našeho sportu. Jednotlivé citace:

- Říčanský kurýr 6/2013

## Orientační běh

*Sezóna orientačních běžců je již v plném proudu. Máme za sebou již 4 závody pražského žebříčku, kde se říčanské děti rozhodně neztratily – přivezli jsme 4 první, 4 druhá a 4 třetí místa. Průběžně první je **Maruška Vyhnálková** v D12, na stříbrné příčce ve čtrnáctkách jsou **Eliška Siegllová** a **Filip Thein** a třetí je **Hanka Šránková**. Ještě nás čekají tři závody. Máme mezi sebou i 5 krajských přeborníků – **Laura DeHeij** a **Jára Šrámek** na krátké trati, **Maruška Vyhnálková**, **Eliška Siegllová** a **Vilda Rožek** ve sprintu. Krajský přebor v třetí, královské disciplíně orientačního běhu – na klasické trati - nás čeká až po uzávěrce tohoto vydání.*

*Největší hvězdou říčanského orientáku je **Barča Vyhnálková**, která byla na základě vynikajících výsledků loňského roku přijata do dorosteneckého reprezentačního výběru České republiky. Na prvních celostátních závodech 11.-12.května v Kramolíně u Třebíče obsadila krásné 5. místo na klasice a ještě lepší 3.místo na krátké trati. To je slibný výsledek před blížícím se mistrovstvím republiky v této disciplíně. Pro Báru nejdůležitější bude ale až září – přebor republiky na klasické trati s přímým postupem na mistrovství Evropy v Portugalsku. Báře fandí celý oddíl a těšíme se, že si mezi naše říčanské trofeje zařadíme i (přínejmenším) pohlednici z Portugalska.*

*Středeční odpoledne od května do června jsou vyhrazeny Pražským poháru žactva, což je série šesti orientačních závodů pro děti v pražských lesích a lesoparcích. Jde o velice prestižní klání kterého se účastní na 300 dětí ze zhruba 20ti oddílů orientačního běhu v Praze a okolí. Naším cílem je pochopitelně vyhrát, i když to je rok od roku těžší. Loni jsme skončili druzí za oddílem z pražské Kotlářky, velmi silná je každoročně Kamenice, Tretra Praha a USK. Doufejme, že se v příštím kurýru budeme moci pochlubit fotografií s vítěznou trofejí.*

*Orientačnímu běhu se v Říčanech věnuje asi 50 dětí ve věku od 7 do 15 let, stará se o ně 10 dospělých. Více o činnosti oddílu na [www.sportovniops.cz/ob](http://www.sportovniops.cz/ob) .*

- Říčanský kurýr 10/2013

### **Úspěšná sezóna orientačních běžců**

*Letos na podzim tomu budou 4 roky, co v Říčanech kroužek orientačního běhu pod hlavičkou oddílu MFF UK vznikl. A už teď můžeme směle prohlásit, že letošní sezóna bude, co do počtu sportovních úspěchů, ta nejúspěšnější.*

*Bezesporu největšího úspěchu dosáhla **Barbora Vyhnálková**, která byla po sérii třetích míst na celostátních závodech (včetně mistrovství republiky na klasické trati) nominována na dorostenecké mistrovství Evropy, které se koná na přelomu října a listopadu v Portugalsku.*

*Stříbrné medaile z mistrovství republiky družstev přivezlo žákovské družstvo Prahy. V osmičlenném výběru Prahy nechyběli 3 naši zástupci – **Maruška Vyhnálková**, **Eliška Siegllová** a **Martin Šimša**.*

*Do roku 2014 máme vyběhnuté 3 licence A a 6 licencí B, na celostátní závody už budeme pomalu potřebovat mikrobus.*

*V Žaket pražském poháru žactva, což je prestižní seriál orientačních závodů pro děti z Prahy a okolí, jsme jako oddíl letos obhájili výborné druhé místo. V individuálních kategoriích stanuli na stupni vítězů vedle Elišky, Marušky, Martina i **Vilém Rožek** a **Matyáš Jiroušek**.*

*S dětmi poctivě objíždíme závody v okolí Prahy, v září jsme navíc absolvovali dvě soustředění – běžecké u Brna a cyklistické v Jizerkách. Od nového školního roku trénujeme každou středu v nové tělocvičně Na Fialce, kde bychom měli hlavně pilovat techniku práce s mapou. Starší mohou navíc navštěvovat pondělní kondiční treninky. Vše o orientáku v Říčanech na [www.sportovniops.cz/ob](http://www.sportovniops.cz/ob).*

- Říčanský kurýr 11/2013

### **Barbora Vyhnálková přivezla dvě medaile z mistrovství Evropy!**

*Odchovankyně říčanského orientáku Barbora Vyhnálková se stala nejúspěšnější reprezentantkou České republiky na Mistrovství Evropy dorostenců v Portugalsku. Báro, děkujem!*

*Po 18. místě v závodě ve sprintu v složitých úzkých uličkách městečka Óbidos se Báře nadmíru výtečně vyvedl závod na klasické trati. Les byl velmi rychlý, ale orientačně dosti náročný – šlo o písečné duny porostlé borovicovým lesem. Závod byl velice napínavý, Bára vybíhala mezi prvními, dokázala zaběhnout velmi rychlý závod s minimem chyb a dlouho figurovala na čele. V infarktovém závěru nakonec o dvě vteřiny uhájila třetí místo, titul mistryně Evropy si odvezla Švýcarka Simona Aebersold.*

*V neděli 27.října se běžel ve stejném lese závěrečný závod štafet. České trio mladších dorostenek ve složení Tereza Čechová (Jihlava), Barbora Vyhnálková (Říčany) a Barbara Vavrysová (Luhačovice) vybojovalo naprosto suverénně mistrovský titul o celých pět minut před druhým Maďarskem a třetím Dánskem.*

*V obtížném terénu se ostatním českým reprezentantům nedařilo, což ještě více podtrhuje Bářin úspěch. Bára je teď horkou kandidátkou na titul nejlepší orientační běžec roku 2013 v kategorii dorostenců... výsledky ankety budou vyhlášeny 30. listopadu.*

*Vše o orientáku v Říčanech na [www.sportovniops.cz/ob](http://www.sportovniops.cz/ob).*

## **Předpokládaný další vývoj**

Předpokládáme pokračování nastoupeného trendu, t.j.:

- Věnovat se kroužku orientačního běhu v rámci Sportovní ops., vybírat talenty z tohoto kroužku a z oddílu MFP a tyto zařadit do SCD. V současnosti se jedná asi o 21 dětí z 43 v kroužku.
- Podpořit rozvoj dětí pravidelnými tréninky a několika soustředěními v roce 2014.
- Udržet nastavenou výkonnostní pozici v rámci oblasti: Získat alespoň 2 tituly mistra oblasti, a stejné množství vicemistrovských titulů
- Alespoň 4 nominace dětí do družstev oblasti na mistrovství ČR na podzim 2014.
- Účastnit se závodů žákovských štafet v rámci nominace oblasti, dosáhnout na stupně vítězů alespoň v jedné stafetě.
- Navíc zajistit přechod talentovaných žáků/žákyň do výkonnostních oddílů dorostu při jejich nástupu do kategorie DH16.

V Říčanech, dne 21.11.2013

David Rožek