

# Žďárský orientační běh sklízel zlato

**Trojice žen hned po vstupu naplnila naši redakci smíchem.**

**Parta s dobrou náladou, která si však při sportu dokáže sáhnout na dno. To jsou závodnice ze žďárského klubu orientačního běhu.**

■ Lenka Kopčáková

„Nejsme žádné cukrové panenky,“ říká za všechny letošní mistryně světa v orientačním běhu Alena Rosecká. Svůj poslední cenný kov si přivezla koncem léta z estonského Tallinnu, kde zvítězila v konkurenci 220 závodnic v kategorii ženy 60 – 64 let.

„Od letoška již patřím do této kategorie,“ konstatuje s nadhledem. Před deseti roky Rosecká vyhrála MS veteránů v Rakousku a před pěti lety zvítězila v Maďarsku. K orientačnímu běhu se prý dostala úplně náhodou, jako třicetiletá.

## Hodili mě do vody, a plav!

„Jednou se mě zeptala kolegyně z práce, zda to nechci zkusit. Že potřebuji náhradu do štafet za odcházející členku,“ vzpomíná. Od dětství lyžovala, jezdila na kole a s buzolou to také uměla, tak coby ne... Ale začátky v terénu prý nebyly snadné. „Nastoupila jsem v hlavní věkové kategorii, kde jsou tratě nejdelsí. Prostě mě poslali do lesa, a tam se snaž... Ale nějak jsem se s tím popasovala,“ ohlíží se žena přírodní náture.

## Aneta vyhrála horský závod

Její o víc jak 40 let mladší svěřenkyne Aneta Nechutová zase na stupni vítězů stanula při říjnovém Mistrovství ČR v extrémním horském orientačním běhu v Krušných horách.

„Ale nám medaili nedali, pouze diplom,“ zlobí se naoko studentka žďárského gymnázia. Její horský závod na extrémní vzdálenost má na rozdíl od běžného orientačního běhu tu zvláštnost, že se běží ve dvojicích. „Domluvil jsem se s kamarádkou z Jihlavy. Sobotní i nedělní tratě měly každá 20 km s poměrně velkým převýšením,“ ohlíží se Aneta. Na takový závod nelze natrénovat za měsíc a dívka se soustavně připravuje pod vedením zkušené Aleny Rosecké.

„Teď jsem ve třetáku, tak mám na orienták ještě čas, ale příští rok maturuji. Uvidíme jak to půjde,“ očekává Aneta.

## Mapy přesnější než vojenské

Na otázku, jak jde dohromady dívka a mapa, Aneta se jen směje. Orientační běžec totiž musí ovládat speciální značky a barvy mapy, která se liší od běžných map. Orientační mapy v měřítku až 1:15.000 jsou ještě podrobnější než vojenské.

První v jejich rodině prý přišel s orientačním během její brácha. Chvilku běhal, a pak se přidala celá rodina. „Anetka je šikovná děvče a pustila se do toho s vervou,“ chválí trenérka.

Poslední z trojice, Alena Nechuto-



ŽďÁRSKÉ orientační běžkyně Alena Rosecká (vlevo), Aneta Nechutová (uprostřed) a její maminka Alena Nechutová. Jak jinak než nad mapami.

Foto: Lenka Kopčáková

vá, je maminkou nadané běžkyně. O sobě tvrdí, že je tu jen do počtu a orientační běh dělá pro relaxaci.

## Sportovní klub policie

Žďárský oddíl orientace existuje nejméně 40 let. Zajímavostí je, že historicky patří mezi sportovní kluby policie.

„Děláme základní druh orientačního běhu, někdy se mu říká pěší. To znamená, že běžíme „po vlastních“, vysvětluje s humorem sobě vlastním Alena Rosecká. Další varianty tohoto sportu jsou na kole a na lyžích. „Dnes moderní trail, s důrazem na hodně přesné čtení mapy, vznikl původně jako varianta určená pro vozíčkáře a huře pohyblivé lidi,“ dodává.

Oddíl má současně na 50 členů, a rád by omladil. Rosecká chodí do škol pořádat ukázkové hodiny orientačního běhu. „Žákům 4. a 5. tříd se práce s mapami žďárských sídlišť líbí, pak si to jdou i vyzkoušet, ale k nám do oddílu se přihlásí minimum,“ konstatuje trenérka. Přitom devizou „sportovních“ dětí je mrštnost.

## V krizových situacích lidé tápou

Práce s mapou a buzolou bývala kdysi součástí branné výchovy, ale na tu se začalo koukat skrz prsty. „Jenže pak se zjistilo, že lidi neví, jak se v krizových situacích chovat. Česká unie sportu proto vypsala projekt na podporu braných dovedností v oblastech orientace, střelby, kynologie, vodního živlu... Náš klub se do toho také přihlásil,“ informuje Alena Rosecká.

Trenéři učí mladé orientační běžce správnému chování v přírodě, a hlavně samostatnosti. Cílem je, aby se děti v lese nebály a naučily se mít zodpovědnost za svá rozhodnutí. „Když to „zvořou“, tak si musí umět v lese nějak poradit,“ přibližuje Rosecká.

Závody orientačního běhu se konají za každého počasí, a závodník nemůže přemýšlet, zda se zamáčí, nebo ušpiní. Prostě musí podat výkon. „Pak ty slečny doběhnou, načančají se a jsou zase pěkné,“ směje se jejich trenérka.

pořádný krok a skočí, rovnou se proborí,“ líčí závodnice.

## Po pás v bahně

Na to se Anetka začne usmívat. Také má podobný zážitek, a ani nemusela do Švédska. Vzpomíná na jeden závod za deštivého počasí, při němž nabíhala ke kontrole a musela přes bažinu.

„Odhadovala jsem, že nebude hlubší, jak po kolena, ale to jsem se spletla. Najednou jsem zapadla po pás a nemohla jsem se dostat ven. Jen jsem viděla ten lampión, jak visí dva metry přede mnou, a v lese nikdo nebyl. Tím, jak jsem se snažila vyhrabat, propadala jsem se ještě víc,“ líčí. Naštěstí jí pomohl další běžec. „Někdy to jsou opravdu silné zážitky,“ komentuje Rosecká a přidává své oblíbené: „Nejsme z cukru“.

## Bloudění je normální

Na dotaz, zda orientační běžci také někdy bloudí, trojice žen se smíchem přiznává, že bloudění k tomuto sportu neoddelitelně patří. Jen prý ti super běžci nikdy bloudění nepřiznají. Mluví o drobné chybě...

„Orientační běh je rozšířený sport po celém světě, dokonce víc jak lední hokej, ale není vidět. Závodníci prostě zmizí v lese, a pak vyběhnou,“ říká Alena Nechutová. GPS, kterou mají ve vestičce na zádech, je jediná možnost, jak na velké obrazovce v cíli sledovat pohyblivé body.

## Prvenství naší televize

„Ale nastala změna. Skvělou reportáž i z tohoto divácky nezajímavého sportu umí natočit naše Česká televize. V roce 2016 se na ni dokonce obrátili švédští pořadatelé MS,“ oceňuje Rosecká. Aby Češi odjeli dělat sportovní přenos orientačního běhu do skandinávského státu, tak to už je něco! Tahají prý kilometry kabelů po lese, a není výjimkou, že reportéři kvůli záběru uběhnou se závodníky kus tratě i s velkou kamerou. „Většinou mají malé kamerky na čele a běží s námi. Pak na záběru z hustého porostu vidíte, jak ruka rozhrnuje roští...“ komentuje účastnice.

Běžci s mapou na trati vyhledávají kontroly, čili trojboké lampióny, visící na tyči. Dříve byly uvnitř kleštíčky, kterými cvakli dírky do své průkazky. Dnes závodník vloží svůj čip do elektronického zařízení na kontrole. Výsledky závodu se tak rychle zpracují.

## Běžci a lesní zvěř...

Pohyb po lese prý občas přinese i zážitky z lesní zvěři. „Srny, ty jsou sranda, ale horší jsou kanci. Také už mi přebíhali přes cestu, to se člověk minimálně lekne,“ říká Rosecká.

„Já jsem jednou preparovala zaklíněnou srnku z plotu,“ vzpomíná Alena Nechutová, kterou prý ze závodu vyrušilo hlasité nařikání. Srnka uvízla celým trupem a nemohla tam, ani zpátky. „Byly jsme vyděšené obě dvě, ale já ji tam nemohla nechat... A stejně nikdy nevyhrávám. Srnka přišla sice o trochu srsti, ale jinak jí nic nebylo a odběhla,“ vzpomíná závodnice.

Město Žďár podporuje klub orientačního běhu dotací na základní sportovní činnost, občas se najde sponzor. „Jsme vděční za všechno,“ konstatují běžkyně.

Orientačním běžcům nedávno začala zimní příprava. „Je to hodně o individuálním tréninku, kvůli sněhu se třeba tolik nedělají mapová cvičení, ale jezdí se na soustředění, na lyže, a hodně se běhá,“ přibližuje Anetka.

## Veteráni s vlastními pravidly

Zatímco v jiných věkových kategoriích se orientační běžci musí k nejvyšší světové soutěži probíjovat přes národní a evropské soutěže, veteráni mají rovnou mistrovství světa.

Na ně se závodníci nemusí nominovat v rámci národních svazů, ale pro MS veteránů musí splňovat jediné kritérium, a to je věk nejméně 35 let.

Kolik toho závodník v orientačním běhu umí, to záleží jen na něm. Veterán si samozřejmě vše hradí sám. „Konkrétně v Estonsku mě vyšlo startovní na 4.000 Kč. Jela jsem společně s českou výpravou, a cesta i s polopenzí vyšla asi na 15.000 Kč,“ říká závodnice.

Alenu Roseckou při MS v Estonsku podpořil Kraj Vysočina. S nadsázkou říká, že každý mezinárodní závod je taková její dovolená. „Vždy našetřím, a vyjedu závodit,“ zlehčuje.

## Nejtěžší terény má Skandinávie

Terén estonských lesů při MS byl, dle Aleny Rosecké, náročnější. „Bylo těžší se orientovat a hledat postupy, kudy z kontroly na kontrolu,“ ohlíží se. Má již v nohou terény střední Evropy, Dánska a Skandinávie, kde si prý mnohdy i zkušený běžec připadá jako úplně začátečník.

Třeba ve Švédsku jsou náročné terény, plné skal, bažin a rybníčků. „Oni to ti Severané znají a při běhu dělají drobné krůčky, jakoby cupitají. Nesmí se moc dupat. Kdežto když neznalý našinec udělá v bažinách