

## PRVNÍ ŠLÁPNUTÍ – PRS

### Kocour – PRS poprvé a určitě ne naposledy

Na můj první PRS jsem jel bez ambicí, s očekáváním nevšedních zážitků a velmi zvědavě na to jak se mi povede - pardon pojede. Během několika společných vyjížděk s Kolíkáčem a spol do Nymburska, posléze při absolvování pár Kolodějí jsem zjistil, že sice vím jak bych měl jezdit, ale do praxe to nedokážu jaksi převést. Jízda v háku se v mém provedení rovná jízdě s cca 2m odstupem od konce galusky mého kolegy ve skupině. Asi bych se neměl co chvíli kochat, protože se to podepíše na přehlédnutí různých záludností na silnici, o mé nepravidelné rychlosti nemluvě. A našlo by se X dalších prohřešků, respektive věcí, které silniční cyklistiku dělají snadnou, ale v mém případě je to děs běs a na pár facek od říčanského Fandy :O) No raději přeskočím rovnou k závodu. Ráno jsem za nechutného lijavce naložil svojí silničku, MTB a Kolíkáčovu jednici do Oplíka a tradá do Hřebče. Cestou přestalo pršet, organizační záležitosti typu stavba brány a moje krátká úloha parking boye se obešla bez nějakých trablů, tedy hurá do sedel. Stačil jsem se rychle převléknout, Scalpy mi ukázal kudy vede trasa a šup na startovní rošt. MTB kritérium. Stavím se uctivě takřka na konec startovního pole a dělám zlej kukuč na děti okolo sebe, to aby je nenapadlo, mě v úvodním kopci chtít předjet. Po startovním výkřiku Start (na zemi slovenský překlad Štart... já si Léno všiml a ocenil :o)) jsem se snažil probojovat k těm třem borcům, kteří figurou a výbavou jaksi vyčnívali nad nás ostatní. Už už jsem se řadil na 4-5 pozici, když v tom jsem takřka uprostřed silnice málem vrazil do paní kameramanky, tedy na brzdy a koukej si to kocoure znovu dotáhnout ... no co nebudu z toho dělat dráma, prostě jsem byl v úvodním nájezdu do blátivé pěšiny asi 12. a když se pak za rybníkem již mohlo předjíždět, nebylo čelo už vidět. Někoho jsem sjel a před sebou viděl Scalpyho, který přepálil začátek, ale bojoval statečně. Během 5ti krátkých okruhů jsem zjistil, že se dá pro zpestření sjet až k rybníku, že se mi dobře jede kopeček do cíle, že se opět blbě kochám, ale také že postupně stahuju a tak jsem nakonec skončil sedmej. Koho jsem viděl před sebou toho se mi podařilo předjet, takže relativní spokojenost. Mytí kol, byl horor, protože v Hřebči nemají bláto, ale 100% mazlavé hnědé lepidlo, které jsem z těch mejch "traktorů nemohl dostat ani doma. Nicméně rychle přesedlat na žiletku a nasávat předstartovní atmosféru, která pro mě byla úplně nová. Hlavní část PRSu - silniční závod. Kývám hlavou na všechny strany, zdravím oranžové dresy, někomu se představím, vedle někoho si rovnou stoupnu, prostě předstírám ostříleného mazáka a užívám si to. Hledám Kolíka, ale vidím vedle sebe jenom Kapra, Quita, Gejzu, Johnyho (s ním prohodím několik vět) a pak dále dost pro mě neidentifikovatelných, orange oblečků. Prásk a jde se naostro, někdo na úvodních kostkách prohodí, "to už se závodí!?" jo to je asi ono! Tlačím před sebou zadní kolo Jiřího Ježka, ale jenom chvíli, pak už se na rovince zase kochám (už ten termín nebudu používat, prostě si ho tam při čtení tohoto textu přidejte a to zhruba ke každému druhému km) Opět díra, okolo mě profrčí Honzis, ale toho se nesnažím ani stíhat. Ale ono to nakonec nebude tak těžké, začínám sjíždět nějaký lidi a najednou se připojuji ke Kubajzovi a po chvílce do skupinky, kde je i Gejza, paráda. Sice jsem málem při jedné šikaně vjel do pole, ale to byla přijatelná cena za to, že jsem se neseznámil s tratí. 1. kolo se střídáme na špici prakticky jen my tři a staráme se o tempo. Za chvíli je na obzoru další skupina, ve které je i Jestfáb. Sjedeme se a tak nějak se to na špici střídá. Bohužel mi

absolutně nesedí kostky a tak vždy v průjezdu bránou, kterou jsem pomáhal stavět, nepochopitelně zpomalím a pak si to musím dojíždět. Prostě mi to drncání připadá strašně nebezpečný a nechci silničce ublížit nebo co se mi to hlavou honí za blbosti. 3. kolo jedu prakticky od začátku sám, prostě jsem po kostkách tu díru nestáhl. Rezignuji a šlapu si jak mám zrovna chuť. Na rovince před Hřebčí mě došlo čelo 2. balíku, ale ani jsem se s nimi nesnažil "přežít" kostky. Ve 4. kolo jsem měl malou krizi zrovna v okamžiku, kdy mě došla dvojice (mix starej/mladej), nicméně jsem se chytnul jednou vystřídal na špici v kopečku za Bělokama a to bylo z mé strany vše. Před kostkami jsem se rozloučil a hurá sólo do posledního kola. V tom jsem minul ještě asi 3-4 ks a s tím posledním jsem prohodil pár vět a pokusil se motivovat pro střídání, aby nás už nedej bože nikdo nepředjel a my nebyli úplně poslední. Sice jsme moc nezrychlili, ale aspoň něco. V závěrečném stoupaní jsem mu dal kvůli kostkám fóra a když se změnil povrch před obecním úřadem/hospodou, zkusil jsem malinko ze sedla a kupodivu bez velké práce ho drze předjel. Na vrcholku si ze mě dělal Jestřáb srandu, že jsem někde čůral u hřbitova a Ježek kriticky zapisoval, že konečně je jeho bejvalá Merida v cíli. Ani jsem nebyl moc unavený, prostě to bylo takový pohodový. Při převlíkání jsme se hádali s Mlhošem, kdo je větší tragéd a to je asi tak vše z více či méně podstatného. Nervozitou jsem netrpěl, rád jsem trochu pomohl a mrzelo mě, že jsem přehlédl informaci o brifingu v Legendě :O( Závod se mi moc líbil, lokalita super, organizace parádní, domácí, přátelská. Diabla má můj obdiv! Jak se píše v pozvánce na PRS: Přijďte se svést v balíku, závody jsou pro nejširší veřejnost, každý si najde svoji výkonnostní skupinku. Tak vezte: Kocour je takovej trouba, že si za těch 55kilaků svoji výkonnostní skupinku prostě nenašel :O( ...tak holt budu hledat dál.

poznámka závěrem.

Musím prásknout, že jsem dnes ráno (pondělí po závodě) zaslechl od sousedů vzlykot mužského dospělého jedince.

ON: vzlyk - fňuk - vzlyk

ONA (manželka): co se děje Roberte?

ON: Ale nic, jen mi to přišlo nějak líto!

ONA: A co?

ON: No ten včerejšek!

ONA: A co konkrétně?

ON: no víš ... opět se rozpláče ... (po chvíli) ... to ten Technik!

ONA: něco v práci?

ON: ne ... na PRSu

ONA: Cože?!?

ON: včera uvisel a já ne!!!

ONA: kdo visí, co visí, komu kdo kde uvisel?

ON: ježíšmarjá! Technik přece! Včera uvisel první balík a já ne!!!!

ONA: a ták ... neboj to bude dobrý, uvidíš, že příště tam budeš taky, neměl si holt bejt na startu tak vzadu. Co třeba Kocour?! Ten se tak těšil a skončil skoro poslední!

ON: to máš pravdu, děkuji Ti!

... no a potom jsem šel naštvaně do práce, tohle nemám zapotřebí.

### **Kolíkáč – Jarní cyklistický svátek**

Podaří se zopakovat organizačně minulé ročníky? Přijedou Ti, co přislíbili pomoc? Bude hezké počasí? To byly otázky, které se mi honily hlavou již dlouho před PRSem. Vrchní director Diablo byl nezvykle klidný, hlásil, že hasiči, policie a celá Hřebč se na cyklistický svátek již těší a je připravena pomoci jako před rokem, a když se k odpovědnosti za výsledky přihlásil obětavý Rainy, začal jsem být o trochu klidnější. V sobotu večer ladíme s Kocourem přepravu do Hřebče, abych měl volné auto a mohl ještě ráno nabrat věci z Diablova hangáru. Neděle ráno, je neskutečná zima a začíná mírně poprchávat. Hmmm, tak to je síla. Nabírám Malinu a v dešti jedeme do Sobína. Tam už Robin nakládá, po chvíli jsme též naloženi až po strop a plaveme do Hřebče. Je to dobré, obětaví oranžoví pomocníci jsou tu, rozdělujeme úkoly, stavíme bránu a pomalu se začínají sjíždět první závodníci. Presentace prská ve švech, jsou nová UAC čísla a do toho hodně příchozích. MTB kritérium je připraveno a přesně na čas odstartováno. Zjišťujeme, že úklid silničního okruhu se díky vymetání mega louží začíná časově nestíhat. Beru Kubajze a lopatou začínáme čistit zanesenou zatačku přímo v Hřebči pod kostkami. Štěrku je tu požehnaně, start silnice se blíží, a tak rozjetí před závodem absolvujeme s lopatou v ruce. Z úklidu a značení trati přijíždí Johnny, Technik a Léňa a košťaty to vymetáme k dokonalosti. Uff, je 11:40 a rychle nahoru se převléknout. Ještě trochu protočit nohy k hřbitovu a jedeme ke startu. A do háje, už je tu narváno k prasknutí, tak to první lajna nebude. Proplétám se k Léňovi, ani jsem nestačil Kocourovi popřát mnoho zdaru k jeho silniční premiéře. Start, převod dobrý, nohy stíhají frekvenci okolo, teď se musí zabrat, aby ho balík nevytrousil hned na prvních kostkách. Podařilo se, ale je to hodně nervózní, od krajnice ke krajnici je narváno, že by člověk galusky neprotáhl a do toho borci, co nedrží stopu a kličkují jak zajíci. První letošní závod a mám nějaký strach, jasně vím, že musím jet co nejvíce vepředu a přitom se mrksám na chvostu a sbírám odvalu jít do té mlýnice. PeBe s Technikem a Malinou jsou zašití v předních řadách, okolo mě je Léňa s Johnym. Jede se trhaně, na špici už probíhají první nástupy. Vydržíme jeden okruh a jsou tu kostky a větrný magnet ke hřbitovu. Tady bohužel začínají vynikat děrovači, kteří odpojují v bočáku borce za nimi. Do Hostouně si to ještě sjedeme, ale za ní už se to zase dělí, před námi Léňa, Johnny, Honzis a já taky chytám díru s jedním Viessmanem, ale ještě si je našťestí dojedeme. Ale balík odjíždí a Johnny řve vzteky, marně se snaží to sám sjet, ale je to bez šancí, překvapivě je tu i Vítek Černý z KPO se kterým začínáme organizovat nějakou smysluplnou spolupráci. Jedeme asi v 7 lidech a točíme jeden okruh za druhým, už se pochopilo odkud vane vítr a tak vzorně poskládaní točíme kolotoč. Mě furt žene touha zahlédnout v dáli oranžovou třešničku v podobě PeBeho či Technika, Ti nám neměli pláchnout. A podařilo se tak napůl, Pebe je sjet, ale na víc už nemáme, cíl se přibližuje. Dojezdy do kopců to je pro mě černá můra, nějak jsem se uspokojil, že jsem to s nimi odkroutil a závěrečné hrátky s pilou jsem tedy vypustil... V cíli gratulujeme Technikovi, zajel famózně, jsem rád, že máme dalšího sběrače bodů do UACu. Vyhlášení, tombola, mezitím sbalit bránu, sebrat cedule, reklamní vlajky a další nezbytné věci a cyklistický cirkus se pomalu přesouvá zase na další štaci. Tak díky všem, co připravili toto představení!!

### **Lemond – Mé první První šlápnutí**

Ráno prší, беру mé tréninkové kolo. To jsem zakoupil v bazaru na podzim právě do takového počasí. Je to sice má oblíbená značka, ale má zatím o 2 cm kratší představec než by mi

vyhovoval. Nechci to kazit něčím made in Italy, tak v půlce března objednávám osvědčený Bontrager RXL. Dorazil 12.4. Cíl zjet pod dvě hodiny se tak rozplývá - na orig. dvoukilových kolech a se sedlem vzadu to nepojede. A taky jsem se neodvážil závodně jet v tretrách. Stejně mám jenom dost těžké nesilniční SPD. Od mtb trati se vracím okolo 11.30. Sním energetickou tyčku, banán a jabko a hurá na start. S respektem se řadím na konec. Připadá mi, že mám měkké zadní kolo. Přemýšlím jestli to dofouknout nebo to nechat. Přitom jsem úplně zapomněl, že jsem v balíku B a na konci startovního pole nemám co dělat, na což mi poblíž čekající Strejda upozornil. Na poslední chvíli se cpu dopředu, ale už je pozdě. Aspoň si to budu příště pamatovat. Trať znám jen z fotek z PRS a POS, takže moc nevím co mě čeká. První kolo jedu jako seznamovací a záhy zjišťuju, že mám o jednu vrstvu oblečení víc než by stačilo. Balík, se kterým jsem měl startovat, mizí v nedohlednu. Kostky na náměstíčku s mi jedou překvapivě dobře a na konci se přehupuju přes 20 km/h. V dalších kolech jsem předjet oběma balíky. Šetřím síly na poslední kolo. Zrada přišla v kole čtvrtém, kdy mi spadnul řetěz při řazení na malou. Ach jo, minuta v háji a ruce jako prase. V pátém kole mám sil na rozdávání. Jsou na nic - hodně závodníků si už jede jen na vyjetí, a po té co začalo víc pršet, nejen po směru jízdy. Mokrý tenisky začínají klouzat. PeBe s Ivou mi snadno ujíždí. Nakonec nevím jestli ještě projíždět bránou, tak zase trochu zdržení. 2 h 10 min, na samotku 99% trati. Mám na POSu co zlepšovat. Zbývá 13 km v totálním dešti našťěstí po větru domů.

### **Léňa – Peklo na PRSu**

Tento rok byla velmi tuhá zima, čemu odpovídalo mé tréninkové zapojení (hezká výmluva, ne?). K tomu ještě pár pádů na ledu, prostě začátek jako hrom. Díky šílencům, kteří jsou schopní v březnu vymyslet trasy typu Hrubý Jeseník a Ještěd se mi nakonec daří nějaký ten kilometr na poslední chvíli natočit. PRS je šlapkovská povinnost, při své dnešní cestě v hustém dešti, kdy mi ani pláštěnka nepomohla zbavit se problému, být naprosto promočen, jsem si to opakoval velmi často. Rychle převléknout do suchého a hurá na pomoc řediteli. Díky již proslulé, fungující improvizaci organizačního výboru, se nakonec místo hlídání parkoviště vydávám s Technikem a Johnym na trať namalovat JEDNU cílovou čáru, vymést zatáčky, označit díry a nebezpečná místa. Čára se Johnymu podařila udělat krásná, nápis cíl také bez gramatických chyb, skvělý začátek z kterého jsem byl tak nadšen, že jsem po vzoru Tour de France podpořil naše esa Malinu s Kaprem, krásným nápisem v cílovém brdku. Cíl máme tak ještě označit start, tady zapracovala naše improvizace a místo nápisu START, píšou po slovensky ŠTART ať se Laco cítí jako doma (docela by mě zajímalo, jestli si toho vůbec někdo všiml...!) Ještě zvěčnit na Hřebecké kostky našeho předsedu a hurá na zametání a značení. Práci máme hned na horizontu, kde jsou bobky bláta tak velké, že je Technik sbírá lopatou a my s Johnym likvidujeme zbytečky. Na konci prvního sjezdu jsou louže, které by Orlík mohl pokládat za své oblíbené bahenní lázně, dosahují až do poloviny silnice, ani si nechci představit co by to udělalo z balíkem.... Díky společnému úsilí je likvidujeme až nám je líto, že jsme si nevyfotili stav před a po. Děř je požeňnaně, stavíme skoro pořád. Poslední legrácku si dovoluji ve sjezdu do Houstouně kde zvěčňuji Johnyho jméno na trati a už jen tvrdý arbeit. Před Běloky nám dochází spreje, začínáme díry třídit podle nebezpečnosti a nutnosti označit. Náš úklid končí v Hřebči, kde společně s Mlhošem a Kolikáčem odstraňujeme šterk z nejhorší zatáčky na trati. Do startu zbývá asi dvacet minut, rychle

převléknout, prohodit pár slov s Lemondem, který zažívá správný start'ák před svým prvním závodem a na start. Cílem je nespadnout a nešťavit se, to jsem udělal včera v Bášti. Stojím někde vzadu společně s Kolíkáčem. Od startu se jede rozumně, je nás hodně, cedím se dozadu, prostě klasika a pohoda, jen je tady pár vrahů, kteří prostě neumí jezdit rovně nebo se cpou nesmyslně dopředu. Jede se mi dobře, brdky vyjízdim na dost těžké převody, což jsem neměl dělat, protože jsem se docela zakyselil, ale první kolo šlo uviset v pohodě. To při vjezdu do druhého se začínají ozývat dozvuky těžkých převodů z brdků a za Hřebči chytám první díru, všemu ještě napomáhá borec, kterého hákuju a totálně uvadl, no nic už mávám prvnímu balíku, jenže to bych nesměl být ve šlapkách aby mi začala pohoda! Nejdříve kolem mě projede Johnny, který na mě řve ať jedu, což neguji, ale pak projede i Kolíkáč a jeho vábniče již neodolávám a hákuju, tzn. Jedu kreffff. První balík dojíždíme ještě před brdkem. Nemělo to moc smysl, protože na horizontu už mám zase menší díru a za mnou ještě větší, nemám zájem se honit, čekám na Johnnyho s Kolíkáčem. Zjevuje se také Honzis, no vida jsem v Kolodějích a Koloděje znamenají, že na pohodu můžu zapomenout a musím makat! Snažíme se střídat, jenže Johnny si řekl, že ten první balík dojde a jeho špice jsou ukrutné našťestí ne jen pro mě. Vždy když jde na špic tak nám tak o deset metrů odjíždí. Pár takových děr ještě lepím, ale pak mám dost a kašlu na to. Johnny se větrá, rozčiluje se, prostě mě točí! Před Běloky se u nás zezadu zjevuje Vítek Černý, nechápeme co dělá v turistické třídě. Ještě je tady obr z Viesmanna, který jede nejspíš poprvé ve skupině, jen se plete a naprosto nestřídá. Honzis tahá své těžké převody na svých dlouhých špicích, Johnny se větrá, Vítek se snaží zorganizovat naše stádo, Kolíkáč maká a já dělám něco mezi tím vším. Při vjezdu do třetího okruhu sjíždíme ještě Niče a někoho z Královic. Začíná doufat, že se tempo ustálí někde mezi výletem a tréninkem. Jenže můj týmový kolegové jsou dost proti, Vítek je v tom jen podporuje a Honzis nic nenamítá. Kolíkáč nám stále připomíná, že před námi je ještě Pebe s Technikem, to jen kdybychom chtěli náhodou zpomalit. Na rovinách jedu úplně hranu, zvlášť když střídám hned za Johnym, kde při každém střídání mě stojí nejvíce sil dostat se před něj a na špic dojíždím většinou úplně prošitej. Rád bych dojel s touto skupinou, vynechávám jedno střídání abych jel za někým kdo mě nezničí ještě před špicí. Vybírám si Vítka, který jezdí pěkně pravidelně, lituji, že jsem to neudělal dřív. Postupně ztrácíme Niče a v dále poprvé Kolíkáč vidí Pebeho. Jak je jeho zvykem, zvyšuje tempo skupiny tak o dvacet procent, držím se jen silou vůle, do toho mě ještě jedním svým manévrem Johnny málem posílá k zemi, zažívám peklo na PRSu. Kolíkáč je úplně v euforii, zdraví Pebeho a „děkuje“ mu, že na něj nepočkal a chtěl mu ujet. Pebeho vidím rád, těším se, že přibude vagónek a tím se můj čas v háku prodlouží. Bohužel Pebe se nechytá. Při vjezdu do posledního okruhu se začínám cítit lépe, nevím proč, ale Vítek s Honzise a nějakým dojetým borcem nastupují a odjíždějí nám. Především zásluhou Johnnyho a Kolíkáče je sjíždíme v brdku. Začínáme sjíždět jednu šlapku za druhou o kolo a Kolíkáč samozřejmě u každé z nich doufá, že to je Technik, prostě ožije. Všem je jasné, že v tomto složení už dojedeme, dokonce i kukačka z Viesmanna jde na špic. Na cílový spurt nemám ani pomyslení, jsem příjemně překvapen, že jsem závod objel s Kolíkáčem, který jen díky špatnému startu přišel o účast v prvním balíku a šilencem Johnym. V cílovém brdku se žádný spurt ani nekoná, Vítek, Honzis odjíždí, Viesmann kukačka se vyváží za nimi a já jen dokrucuji za nimi. Cíl objet to v pohodě byl hrubě nesplněn, dával jsem si jak husiti u Domažlic. Kluky Johnnyho a Kolíkáče mám rád, vážím si jich, ale jet s nimi ve skupině pro mě znamená dvě věci, buďto musím začít pořádně trénovat nebo prostě

trpět a tiše je nenávidět. Musím poděkovat Diablovi a jeho týmu za krásný závod a Kolíkáčovi, že mě nenechal jet v tom dešti domů na kole a odvezl mě domů. Na podzim se těším na jinou skupinu nebo, že bych začal tvrdě trénovat.....?

### **Technik – Tête de la Course!!!**

Po sobotním šílenství na „jarní“ časovce Bášť jsem fakt neměl moc náladu na nějaký šlapání, ať už první, druhý nebo x-tý. Pohled z okna mi ráno moji náladu ještě víc zkazil, ale jednou jsem slíbil pomoc při organizaci, tak jsem sednul do auta, naložil lopatu a koště a vyrazil. Po menším bloudění jsem se blížil k Hřebeči, když tu najednou zpozoruju mystický úkaz. Při kraji vozovky vlaje nějaký pohyblivý zelený prostěradlo a pod ním se k mému velkému údivu točí dvě kola. Když to míjím, zjišťuju, že to má i hlavu a nohy. Ano to musí být Léňa – zelený, pohyblivý vlající prostěradlo s kolama, nohama a hlavou :) V Hřebeči se zdravím s kamarády ze Šlapek a po menších prodlevách, které se posléze ukazují jako významné, vyrazíme s Léňou a Johnym značit, zametat, odhazovat, vymetat, vylejvat,..., sprejovat a podobně šaškovat. Tento tělocvik nám zabere přes hodinu a půl. Nakonec ještě s Kolkáčem a Mlhošem meteme poslední zatáčku, kde jsou snad dvě Tatrovky štěrku. Konec našeho snažení je doprovázen nadávkami projíždějících cyklistů ohledně kvality a připravenosti trati. Techniku, styď se, zase jsi zklamal. Do staru zbývá 20 minut. Za takovou dobu jsem se snad nikdy v životě nestihl převléct, najíst, napít, vyčůrat, vyk..., vyndat kolo, smontovat kolo,..., uklidit lopatku, koště, rozjet, připravit na start... Proto jsem musel vynechat některé velmi důležité kroky, a tak na trať vyrážím obtěžkán nepříjemným nákladem (bystrý čtenář si domyslí). První kolo mě dává zapomenout na všechny mé strasti vyjma nedostatku kyslíku a přebytku mléčného humusu v nohách, jehož existence se projevuje šílenou bolestí. Tento stav se u mě projevuje ztrátou vnímání, proto vzpomínky na závod jsou povětšinou jen v útržcích a obrazech. Víím, že během prvního kola jsem několikrát nepříjemně větral, v nájezdu do druhého chytl Terezín, který mě málem nadobro oddělil od zrna. To už jsem si říkal, že to bude podobné fiasko jako v sobotu. Techniku, ty lamo, vždyť ty neuvíš ani kolo! Stanovuji taktiku, za žádnou cenu se neobjevit na větru, i na úkor nějakého toho ztraceného místečka a maximálně šetřit síly na roviny za kopcem. V kopcích jsem totiž nečekaně stačil, ba jsem se dokonce cítil „dobře“. Avšak jak se to pak natáhne a nemáš se kde schovat, raketáři to rozjedou přes 40 a vítr si tě dává z boku, to jseš Techniku v pěkný prd... Několikrát visím za nudli, když se otočím za mnou vakuum. Během druhého kola se to nějak zklidní, asi proto, že Kolíkáče s Johnym a Léňou nějaký zvědavce vybalil z balíku. To bylo asi překvápko :) Pak už taktika až na výjimky vychází, po očku sleduju čelo, abych stíhal nástupy. Najednou koukám kolem sebe všichni vytahují gely a pak šup s nima do pangejtu, jo to nás budou mít v Hřebeči brzo plný zuby. Chci bejt in a vytahuju gel, otevřu, ale nezvládám elementární úlohu, tedy vložit ústí hubice do úst a drahocenný náklad končí v různých místech obličeje. Příště beru s sebou bryndáček. I kdybych měl chcípnout tak dostojím svým zásadám a vrátím prázdnou tubu zamatanou rukou do kapsy. Během závodu moje nálada exponenciálně roste s počtem metrů, kdy setrvávám v prvním paklíku. V nájezdu do posledního kola jsem v euforii, sice mám šílenou křeč v lýtku, které se po pár protažení ve sjezdech zbavuji, ale teď můžete kuci vopálený klidně odjet třeba do dža a já budu spokojenej. Na čele se ale pořád taktizuje, a tak balík zůstává kompaktní. Dokonce by možná byly i síly na závěr, ale nechci se tam mezi ty borce plést a způsobit ještě nějakou melu. V poslední zatáčce jsem dlouhý na brzdách, ale

vše napravím v cílovém stoupání, kde dávám ještě dva, tři lidi. Pak už jen seřadit do koridoru a vychutnat si ten opojný pocit: TÊTE DE LA COURSE!!!!.

## ŠLAP OKOLO SLAP

### Kajman – Poselství od protinožců

Nemůžu si na začátek této reportáže odpustit krásnou myšlenku Marlo Morganové, známé americké lékařky a spisovatelky, která se proslavila díky svému románu Poselství od protinožců, kde líčí několikaměsíční putování australskou divočinou s místními domorodci. Jak kmen postupuje, tak se Marlo Morganová postupně očišťuje od konzumního způsobu života a myšlení. Jednoho dne, kdesi uprostřed australské pouště domorodcům začala vyprávět o tom, jak u nich v Americe právě začínají Olympijské hry. „Co to jsou ty Olympijské hry?“ dotazovali se potomci původních obyvatel Austrálie. „To se sjedou nejlepší sportovci z celého světa a soupeří mezi sebou v běhu, ve skoku i v hodu a ten kdo vyhraje, tak toho potom celý svět uznává jako vítěze. Uznávají ho jako toho nejlepšího na světě a všichni mu vzdávají úctu!!!! Jeden z domorodců se na Marlon nechápavě zadíval a řekl něco, čím absolutně doktorku šokoval: „A to není těm co nevyhráli líto? .... nebo aspoň tak nějak se to v té knize píše. Četl jsem ji asi před patnácti lety a možná byla použita trochu jiná slova, ale tu větu mám neustále v mysli ..... „a to není těm co nevyhrají líto???“ V románu příběh pokračuje tím, že si „křováci“ uspořádali svou vlastní olympiádu, všichni běhali, skákali a oslavovali každého kdo se zapojil. Tím tady chci říct, že bychom po každém závodě měli oslavovat i ty druhé, desáté, šedesáté, protože o tom by to mělo být ..... Určitě nejsem sám, kdo má před závody své rituály a ty prostě dodržuje. Pro mne je nejdůležitější slovo „Rozhodnout“. Ano, určitě se nemůžu jen tak rozhodnout, že dnes prostě vstanu a nakopu tomu Vitáčkovi „prdel“ a udělám ho ve spurtu. To by asi nešlo:) Ale mohu se rozhodnout, že ten závod pojedu jak nejlépe dovedu. Slíbím si, že se nebudu vymlouvat že nemůžu, že mě něco bolí, že je špatné počasí, nebo že jsem něco špatného snědl, ale rozhodnu se, že podám ten nejlepší výkon jakého jsem schopen dosáhnout. Pak totiž nemůžu být zklamaný, nebo dokonce nešťastný. Proč to tady píšu? No protože jsem to zase před „Slapama“ slyšel snad ze všech stran. No, nemám pravdu? :))) No, možná ne tak docela, protože v Nové Rabyni se potkávám s několika oranžisty, kteří svým optimismem nikdy nezklamou, že pane PeBe, Kolíkáci, Techniku, Konráde a Bigmigu. A taky Fáfi! Hmmm, sluší ti to:) Jo a taky se dovidám, že mi to v té modré tak nějak nesečne. To mohl říct jen zaslepenec!!!! Noc před závodem jsem si udělal fresh z osmi mrkví a už když jsem vstával, tak se mi zdálo, že jsem nějaký do oranžova. Se divím, že si milé Vinohradské šlapky nevybrali mrkev do svého znaku. Nebo dýni! Trochu do oranžova byl ten den i Fanda Vokál, kterého jsem na závody přivezl a přemluvil ho, že by měl jet. Za stovku prima svezení. A v jaké společnosti!!!! Celkem 198 cyklistů a cyklistek všech kategorií a mezi nimi 17 oranžových dresů (ty z Alltreninku fakt nepočítám). Skóre jsem mohl vylepšit já s Alfem, tak snad příště. Při prezentaci potkávám Jirku Rozvodu, který se mi v noci dostal do snu a tak mu ho hned vyprávím. Představte si, že mi volal sám Vokolek a řekl, že Rozvodák jde k jinému týmu a že mě potřebuje. No, nevím jestli jsem ho nějak nevyleká, protože Jirka ten den letěl jako

raketa:) Třetí místo v kategorii, za Jirkou Ježkem a Liborem Janouškem. Udělal dokonce i Davida Klímu! Ale to zase jako vždycky předbíhám. Na startu se staví dva balíky. Zaplať „pánbůh“ že už jsem v tom druhém, starším, díky ženám a dívkám hezčím a jak řekl Léňa před startem - taky rozumnějším. No to tedy nevím!!! Rozumný byl jenom do té chvíle, než se na čelo startovního pole dostal Mirek Kakač, který za to vzal hned v prvním kopci. Tepy na 182, srdce v krku a na tachometru 35 km/h. Nohy bolí! A bolet budou! Jenže já se ten den ráno zase rozhodl, tak točím co to dá, neodmlouvám a postupně si v duchu uděluji bobříky za statečnost. První kopec jsem dal se ctí. Předem mnou říčanský Fanda, čelákovický Vítáček, sojovický Kapr, registruji Lucku Kočí a Hanku Doležalovou, klasicky a pro mě stále nepochopitelně 5 metrů před pelotonem Jirku Sekeru na samotku a pod sebou nový asfalt. Jede se opravdu na krev a pole snad každým metrem řídne. Jistě si říkám úplně to samé, co většina z vás. Hlavně uviset, hlavně uviset! Hlavou mi proběhne debata, kterou jsem vedl s Vitasem někdy v první polovině prosince loňského roku. „Řekl jsem Karlu Matínkovi, že se chci zlepšit v kopcích. Doslova chci, aby kolem mě všichni trpěli a já jel v pohodě“. Utrápeně se podívám na Tomáše a nevěřicně zírám. Při jeho stodevítí tepech si jede v pohodě a v klidu něco vypráví Fandovi. Most u Živohoště přelítáme rychlostí přes 50 km/h a jde se zase nahoru. A tady se láme chleba. Odpadám mezi prvními, ale jedu si stále své tempo. Před sebe se raději nedívám, trpělivě čekám kdy ten gel co jsem do sebe dostal těsně před startem naskočí a soustředím se jen na výkon. Hlavou mi proběhne titul Armstrongovi knížky „Každá vteřina se počítá“. A hele, postupně dávám jednoho odpadlíka za druhým. Na kopci jsme utvořili čtyř člennou skupinu. Mými „spoluhráči“ v tu chvíli byl pan doktor Přemysl Šváb, konzultant Kardiologického oddělení FN Motol a hlavně dvojnásobný mistr světa v cyklistickém omniu MS lékařů a farmaceutů '06 a '07, dalším борcem byl Vašek Štefan a Jirka Kánský. Od té chvíle to bylo už jenom lepší. Na rovinkách jsme jeli poslušně kolotoč, nebo jsme se alespoň snažili jet krátké ostré špice. Za chvíli jsme dostali juniora Mirka Thumu, který nám rytmus poněkud narušil. Vždycky si vlezl na čelo a vystřídal až když byl totálně kyselej:) Za nedlouho jsme mu ujeli a začali sjíždět borce z prvního balíku. Po půl hodině společné jízdy si na sebe začínáme zvykat a shodujeme se, jak je to zase skvělé. Dojíždíme Pavla Lišku. Ten hned hlásí, že neumí jezdit ve skupině. Čekal jsem, že se schová do háku a jak už to bývá, tak před cílem čerstvě nastoupí a řekne „proč jsme nejeli?“ Naštěstí to tak nebylo, ale Pavel s námi vydržel až do cíle. Ve stoupáních jsem si všiml, že nejvíce sil má Přemek. Ten se na mě občas s úsměvem podívá a já mezi řádky čtu „těším se na spurt“ a „už to brzy přijde“. V závěrečném a snad nekonečném stoupání se pokouším o nástup a ujet. Splněno, ale ne na 100%. Kardiochirurg se mě drží jako klíště a 100 metrů před cílem to konečně přišlo. Přemek roztáčí neskutečné představení a já se za ním snažím viset co to dá. Morálka polevila a vzdávám to. Jdu do sedla a v poklidu dojíždím do cíle. Přemek se otáčí, vidí mé svěšené nohy a tak si to chce v klidu dojet. Najednou mě cosi ještě osvítilo a hlavou mi proletěla myšlenka to ještě zkusit. Zákeřně a nečekaně! Ještě se zvedám a roztáčím nohy. Bylo však pozdě. Poslušně se řadím do koridoru a potom si už celá skupinka podáváme ruce, plácáme po ramenou a jeden přes druhého ze sebe chrlíme superlativy jak to bylo skvělé, že nikdo nečekal tak dobré počasí a hlavně, že jsme si udělali výbornou skupinu. Endorfiny se vyplavovali po litrech a pocit blaha narůstal každou vteřinou. A proto mě uvidíte zase na dalších závodech. A pojedu v oranžovém!!!! Tedy, ne že bych byl teď před volbami z



oranžové nějak hotovej, ale ty blbý kecy kvůli modrýmu dresu fakt už raději poslouchat nebudu:)))

### **Kolíkáč – Kolaps v posledním kopci**

Překonat úvodní brdky a sklouznout se s prvním balíkem na živohošťský most a zkusit co nejdéle viset na Křeničnou, to byl jasný cíl pro letošní ŠOS, v minulých letech se mi to nikdy nepodařilo. Startuji úplně nalahko, bez návrků, s vírou, že v balíku mi bude teplo. Úvodní kopec na Rabyň pilujeme na velkou, balík je obřích rozměrů, málokdo chybí a tak bez problémů se překulujeme po luxusním asfaltu směrem na Blaženice, až hupánky okolo Bělic začínají startovní pole tříštit, ale na hlavní směr živohošťský most si můžu poblahopřát, cíl splněn, Rainyho zaváděcí vozidlo mám stále na dohled, z oranžistů jsme tu ve složení Rošky, Bobek, PeBe, Technik a Malina. Přelítáme most a sklon se začíná ztopořovat, což čelo moc nevnímá a začíná nám mizet. S ním ale nejenom Malina, ale i Technik a PeBe! Já zase blbnu s přehazovačkou, řetěz si nechce najít ten správný pastorek a tak jedu zbytečně frekvenčně, nahoře se to ještě jednou zhoupne a začíná se formovat skvělá grupa, je tu mimo jiné Rošky, Bobek, Mirek, trošku uřícený Honzis, který si nás docvakl po technických problémech, Vítek Černý, Eda Pinkava, Mára z Česyku a asi dalších 15 kousků. Vítek začíná úřadovat a roztáčíme kolotoč, trať je tu opravdu závodivá a pestrá, a cesta hezky utíká, navíc se před námi zjevuje skupinka a jeden z nich je hezky vybarven do orange, PeBe je náš. Rozrostli jsme se na cca 20-25 kousků, docela se cítím dobře, mám na každé zrychlení tempa, jen vydržet. Titus Rošky jede parádně, v balíku se cítí trochu nespůj, ale vše zvládá s bravurou. A znovu síto na Křeničné, před námi na dohled další skupinka, což vyprovokuje v závěru kopce si trochu zaspurtovat a zase zde někoho zanechat svému osudu. Zredukovali jsme počet a valíme to za Technikem, kterého cítím v pětici před námi. Ve Slapech na kostkách odjede Vítek černý, Ruda to kotví, už jsem tu jen s Roškým, PeBe a Bobek nabírají ztrátu. Přelítáme hráz a sjíždíme si Vítka, všichni se probudili a jede se furt 30km/hod., sakryš, tak jsem se těšil na ten závěrečný kopec, ale začínám cítit tahání ve svalech, křeče se blíží. V hlavě mi prolítne, ty woe ty jsi si nevezl magnesium, visím na ocase grupy, ještě vidím jak je Technik na dostřel, do háááje, furt stejná píseň, závěr jsem zase nezvládl, Rošky, Mirek a Honzis si to rozdávají ve spurtu, já se svěšenýma nohama projíždím za celou grupu se ztrátou asi 20 metrů...

### **Lemond – Poprvé na Slapech**

Podle předpovědi má v neděli pršet. V pátek čtu na diskuzi, že je málo lidí na úklid trati, tak neváhám a hned využívám příležitosti, jak se podívat na trasu závodu, kterou znám jen z fotek. Moc se mi líbí kopec od přehrady s perfektním povrchem a dlouhé sjezdy. Naštěstí se Konrádovi a Strejdovi, podařilo mě zlákat. Ještě v sobotu ráno jsem vůbec nepočítal s tím, že pojedou. Chci vzít tréninkové kolo jako na První šlápnutí, abych hned nezašpinil novou Duru a HEDy, pro které by byla trať jako dělaná. Odhaduji, že oproti těžkým kolům Bontrager race přidají na průměru 2-3 km/h - prostě fantasticky lehce jedou, z kopce skoro až moc. V sobotu okolo desáté večer mě napadlo, že bych mohl vzít aspoň AC420, které byť mají poddimenzovaná neseřiditelná ložiska v předním náboji, do kopce díky relativně malé váze celkem jedou. Jenže to znamená vyměnit kliky za kompakty, zkrátit řetěz a seřídít přesmykač. Za hodinu je hotovo. Ráno ještě doladím brzdové špalky a okolo osmé vyjízdim za drobného deště na nedaleké místo srazu se Strejdou a Scalpym. Od Prvního šlápnutí vím, že zimní

bunda je skutečně nepromokavá, tak jsem rozhodnut, že v ní pojedu. Ale už po pár kilometrech závodu je mi jasné, že budu trpět, pokud se neochladí aspoň o 10 stupňů. Tak se skoro na ten déšť těším. Marně. Spadlo jen pár kapek ze stromů. Po každém kopci mi trvá několik minut, než se zase dostanu na snesitelnou teplotu. Z kopce mi to nikdy moc nejede, teď mě ještě brzí napůl rozepnutá bunda. Za celý závod jsem se nedostal přes 55 km/h. Už aby bylo léto a pořádný počasí, abych nemusel řešit v čem mám jet. Tak doufám, že na příštím závodě neudělám zase nějakou blbost, nespadne mi řetěz, neodbočím jinam a počasí dovolí jet na HEDech (a konečně v tretrách). Jinak moc děkuji Strejdovi za odvoz a Šlapkám za bezchybnou organizaci.

### Mirek – ŠOSík

V pátek, po cestě na kole z práce proti větru a v sobotu po 18km běhu, jsem se cítil katastrofálně, ani se mi nikam nechtělo. Nevěřil jsem, že se dám dohromady a očekával stejný propadák jako na PRSu. V neděli ráno už to vypadalo líp, tak jsem vyrazil. Na rozjetí dávám cílový kopec, v klídku si šlapu a najednou se vedle mě objevují Kolíkáč a Bobek, tak pokračuju polozávodní rychlostí s nimi. Sjet dolů a rovnou na start. První kopec od přehrady se jede celkem v klidu, v balíku pohoda. Rád bych se posunul trochu dopředu, ale jede nás kolem stovky, prostor je značně přehuštěný. Další kopec přes ty vesničky, kde je to samá zatáčka a díra, to už jsem si řádně dával, natáhlo se to, koukám na Honzise, jak mu něco rachtá v kole. Nakonec zastavuje a vrtá se v tom. To je pech. Nahoře už je pole řádně natažené, vepředu se ale nejede, tak jsme tam ještě dojeli zpátky. Sjezd k Živohošťskému mostu tedy pořád v balíku, ale vlaju tam blbě na konci, chtělo by to se nacpat dopředu, ve sjezdu jedu ale radši opatrně. Následný kopec od mostu se už oddělilo zrno od plev, s těma lidma vepředu nemám nárok jezdit. Ne že by nějak rychle odjeli, tak nějak se to pomaloučku natahovalo a trhlo. Když to teď analyzuju, tak čelo bylo nahoře za 6:22 (viz Enduraining), to je průměr 23km/h, my jsme to jeli 20,6km/h. Ve výsledku je to na vršku minuta zásek. S tím už nic nenaděláme, leda by čelo zastavilo na ulevení si ☐ Na horizontu se objevuje Honzis, který nás musel v kopci po defektu sjíždět. Tak to je povedená skupina, Kolíkáč, Rošky, Bobek, Honzis, Favorit, Vítek Černý, takhle jsem si to ve snu představoval, ale před startem jsem tomu ani trochu nevěřil. Zbytek prvního kola se docela jelo. Vítek Černý se to snaží trochu organizovat, ale je nás na kolotoč nějak moc, pořád tam někdo nechává díru. Ale pár lidí před námi včetně PeBánka jsme sjeli, tak alespoň něco. Jede nás snad 25. První půlku druhého kola se celkem zvolnilo hlavně kopec od přehrady na začátku okruhu se jede výletně, dvojičky a kecá se. Až od Živohošťského mostu přes Křeničnou se zase zrychluje. Hlídám si čelo skupiny, abych zbytečně nezůstal vzadu a nemusel to sjíždět, Čím víc se blížíme nahoru, tím se jede rychleji, několikrát musím ze sedla a silou to dojet. Když mám před horizontem pocit, že si nejvíc dávám, tak se vedle mě objevuje Kolíkáč a předjíždí mě. Ten chlap má letos formu, jsem zvědavěj na maratonech, jestli se zase sjedeme v nějaké grupě, vypadá to velice nadějně. Tak tak jsem to tempo v kopci vydržel, pár lidí jsme tam i odpárali. Ale začínám se cítit dobře. Prakticky až do cíle se pohybuju v popředí, kontroluju situaci a těším se na dojezd. Ten dlouhej táhlej kopec mi sedí. Předposlední kopec po kostkách ve Slapech to zkusil Vítek Černý ještě s někým a trochu odjeli. Kdybych si myslel, že to má šanci na úspěch, tak bych se možná kousnul a zkusil to s nima, ale nevěřil jsem tomu, táhlý sjezd k přehradě a hlavně ten úvod kopce, tam se naplno projeví síla skupiny. Docela aktivně jsem se podílel na jejich sjetí,

ještě na hrázi jsem to vepředu rozjel a pak už jsem se uklidil do balíku a čekal na závěr. Cílovej kopec je mírnej, takže vyčkávám a až ve druhé polovině kopce se začínám posunovat dopředu. Ještě jsme dojeli pár odpadlíků ze skupiny před námi. Přesně závěrečné dva kilometry před cílem se to začíná zvedat. Snažím se pořád využívat háku, tady už se jede řádné tempíčko, (závěrečné 2km závodu: 4,1%, 90m up, průměr 27,3km/h) a pořád se posouvám pomaličku dopředu. Cca 300m před páskou už nebylo na co čekat a začalo se spurtovat. Vypadalo to, že dojedu ze skupiny druhéj za Markem Holým z CSK Markus, ale před páskou jsem vytuhnul takovým způsobem, že jsem si musel sednout a jeden borec mě tam ještě dal. Spokojenost ale maximální, ten dojezd mi sedí, takticky jsem to zvládnul perfektně. Kdyby mi v závěru došlo, tak jsem mohl taky skončit o dvacet míst vzadu. Na čelo zásek nějakých 9 minut, to je ještě dobrý, čas o dvě a půl minutky horší než druhý balík. Trať parádní, málo aut, moc se mi to dneska líbilo. Rošky překvapil, jel jsem s ním prvně na silnici, visel tam s přehledem. V červenci na eXtreme Bike Brdy v terénu nebudu mít nárok.

### **PeBe – Slapy**

Na Slapy jsem se chystal celkem dlouho, už loni se o té trase psaly ódy a tak jsem si říkal, že byc u toho letos nerad chyběl. Ladění dopravy dvou lidí nějak vázlo a když už to začínalo vypadat nadějně, tak do toho skočila škola a tak bylo jasno, že pojedu bez Malého Expena. A tak jsem si vymyslel, že když už pojedu tak po svých. A tak ráno do sebe nacpu k snídani všechno co se doma najde a na Slavii, než začne trochu mrholitvyrážim, posilněn pusou na rozloučenou. To se to panečku šlape. Teda aspoň na Slavii, než začlo trochu mrholit. Bléé... a k tomu ještě takové divné dusno, takže jsem zpocenej ještě než dojedu k Vltavě. Pak už po cyklostezce na Zbraslav a po štěchovické na Davli. Cestou za sebou vidím dres CKKV, tak zpomaluju, pán mě dojíždí a hezky střídáme a tak cesta aspoň utíká. Za Davlí odbočuju k pumpě, nakupuju pití a bagetu, něco jim aby byly síly na štěhovičák a taky se lehce vysvěču, ať ze mě tak neleje... a už jsem po kopcem, vítá mě krásný asfalt, jen je to teda pěkně dlouhý a výživný kopec, na morálku taky přispívají okolojedoucí auta s kolama na střeších a uvnitř a já tu šlapu jak matěj. Ale už jsem u pumpy, hurá dolu. Cestou mě předjíždí sanitka a za chvíli ji vidím stát u cesty. Tak zastavuju, povídáme, je to ta k závodu, tak je posílám k hrázi. Potom ještě bloudim než najdu start, povedlo se mi i poslat Michala Starka špatným směrem, ale nakonec jsme se všichni našli u prezentace. Vystojim si krátkou frontu, pozdravim se s marodem Kuřátkem o berlích, zapíšu se a jdu kecat ven. Tam už se to hemží, oranžová je taky vidět, za chvíli přijíždí i Technik a Bigmig, taky jeli po vlastní ose a neřeknou, pacholci. Ještě poškádlit Kajmana za ty jeho modré monterky a trochu se projet. Pak do sebe láduju banán, sojový suk, bagetu, do kapsy cpu gel a lepivku a jdu na start. Ten se posouvá kvůli autobusu, takže lehké manévry a už se mává vlajkou a vyráží se kupředu. Snažím se být někde v popředí, držim se Kolíkova "na most to uvisíme" a hlídám si ho v balíku. Přijď mi že se moc nejede, tekže tepu jenom lehce pod maximálkou a držim se jak to jde. V jednu chvíli mi připadá že se nějak prosejvám, tak se snažit natlačit ke straně a posunout se kupředu a líp se zakukat, což se nakonec daří. A jsme na mostě, přejíždíme řeku a začíná asi jediné velké stoupání. Držim se co to dá, fakt si dávám, ale nemám šanci a jsem odpojen. Nahoře se nás sjede asi 6 a makáme, balík je tak 150-200metrů před náma, ale i když točíme a střídáme krátké rychlé špice, tak se moc neblížime. Až před Buší se to pár jedincům podaří, já bohužel A tak sjíždím k hrázi, je nás jenom pár a stoupáme k cíli, ohlížim se a za

mnou Kolík se svojí grupou. Je tu Míra, Honzis, Eda, Rošky, Bobek, Mára a další, celkem povedená skupinka. A tak si to houpáme, Eda zkouší kolotoče, ale vždycky se prostrídáme tři a pak už nikdo. Kdybych tohle věděl, tak bych se hezky vezl a třeba bych zase v tom kopci od mostu neodpadl. No ale kdyby jsou chyby a tak odpadám, jedeme ve 3 a aspoň střídáme a nějak to už snad dojedem. Někde kolem Buše ztrácíme jednoho a jedem už jenom dva, na kostkách ve Slapech opouštím dalšího a tak si říkám že by mě do cíle už nemusel dojet....a taky že ne. Stoupání si už jedu celkem v klidu, na malou, kontroluju aby mě nedojel a jedu Dolu už sjíždí páni závodníci co se už nahoře vydýchali, povzbuzují a tak se to dalo celkem v pohodě. Nahhoře povídám s Malinou, Kuřetem, Technikem a dalšíma, popíjím výborný teplý sladký čaj, děkuju, a čekám na finiš druhého balíku. Ten si s přehledem pohlídá Vitas, celkem suveréně si nějakých 30metrů před páskou zapíná dres a zvedá ruce, i když má Míru Kakače za zadním kolem. Holt to má v paži A sjíždíme k cíli s Technikem, probíráme závod a tak všelijak hodnotíme. cíli se oblíkám, je mi trochu ziminka a připravuju se na cestu domu, pojedem s Technikem, Bigmigem a Léňou. Cesta domu, napadlo mě takové přirovnání k Danteho Božské komedii, taky bylo Peklo, Ráj a Očistec. Peklo bylo vystoupat od přehrady nad Slapy k benzínce, Rájem by se dal nazvat sjezd do Štěchovic, nádherně vyžehlený asfalt, přehledné zatáčky a rychlost 60+ bez šlapání. No a Očistec, to byla cesta po štěchovické. Moje špice je pohoda, jede to kolem 35km/h a celkem pohodička, pak jde na špic Bigmig, tak orážíme na 33km/h a dobře děláme, protože se na špic nacpal Léňa, zarachtalo to a najednou jedeme 38km/h. Uff, chtěl bych vznést připomínku, že závod už zkončil, ale nějak nebyly síly se k Léňovi dotáhnout. A tak to hrká a cvaká až někam do Měchenic, kde to konečně pořádně řachne, asi Léňovi konečně chytnul ten motůrek v kole, protože najednou jedeme 45km/h a sotva visíme. Naštěstí jsou před Zbraslaví semaforey a tak musíme brzdít a hledáme poztrácené nohy a plíce, uff, to byl fičák No a už jenom přes most na cyklostezku, s Technikem trocha techniky mezi bruslařema a pejskařema a pak už jenom došmrdat domů, do Podolí, do lékárny, do pr..... Bylo to prostě super...

## BĚLEČSKÉ OKRUHY

### **Honzis – Zásek 20minut na čelo, to je fakt strašný!**

Z Trutnovské 50 jsem poněkud mrtvej, k tomu se přidá vstávání v 5:20hod. a mokrý přesun na nádraží do Peček. Náladu mi zkazí 20minut stojící vlak kdesi ve Veleslavíně. To mi po\*\*\*! Konečně Hostivice, jedu v krátkém dresu na Unhošť a v další vesnici zjistím, že jsem uhnul blbě, takže čučím do mapy a po 23km jsem konečně v Bělči. Tady není zrovna moc lidí, i někteří oranges schází. Vypadá to na rychlý konec pobytu v prvním balíku. Je tomu skutečně tak, ještě dřív, než jsem myslel ... Zatáčka v Bratronicích, zvedli zadky a najednou díra. Hezký, sjíždíme to asi 4km a následuje sjezd do Nižboru, kde jsem tradičně na chvostu. Ostrá pravá, sjezd pokračuje a já se brzy ocitám ve třetí skupině. 39/19, krátká rovinka, přede mnou v grupě Johnny, kolem mě pár zoufalců, za náma skoro nikdo. Vymalováno. Vyjedu druhý hupík na 39/21, pak rovinatý úsek lesem, brdek a svist do Bělče zakončený krátkým stupáním do cíle. Naměřil jsem 18,5km, takže dobrý, že trápení bude o něco kratší. Všichni fuč, točíme v pěti, Johnnyho ani nevidíme. Tak to bude dneska pěkněj propadák! Druhý sjezd do

Nižboru, kopec docela v tempu, nahoře se sjedeme a zas dál. Průměr přes 34km/h a jedeme skoro o poslední fleky, jo UAC je hustej. Třetí kolo, mám toho dost, víc fouká, jsem rád, že prostřídám. Odjíždí číslo 661, nemám na něj a počkám na „Vartu“ Milana Beránka, ať jedeme aspoň ve dvou. Za náma motorka od 2.balíku, takže za zády nám dojíždí Vitas, Kakač a spol. Protočíme se, trochu mrholí, sjezd už umím, v kopci nechci na kolegu čekat, a proto jedu sám. Nahoře vyšitej Johnny, nejde ani do háku. Po 2:13:10hod vjíždím do posledního okruhu s cílem ho dát sám aspoň třicítkou. Někomu se to může zdát „na pohodu“, ale já moc v pohodě nejel. Po větru do Bratronic excelentně, brdek na bočáku 39/19, v lese dřít 52/13,15 aby to jelo, sjezd trošku opatrně, neb je vlhko. Kopec 39/19, druhý hup 39/21, nejdu pod 16km/h, rovina v lese třicítkou 52/19, hup 52/23 ze sedla, po větru sežeru Kávěnkou a připravuji se na závěr. Chtěl jsem dojet s Kávěnkou v držce, ale rozmyslel si to a jenom trošku přišlápl na 52/17, aby se neřeklo. Okruh za 34minut něco, takže průměr přes 32km/h, což snad marný není. Jenom si dotočím bidon obyč vodou a za chvíli už chvátám do Hostovic. Nestih jsem to, nejmíň 8km v lijáku, všechno durch, takže se převlékám do suchého a mám radost, že vlak jede na čas. Mám toho fakt dost a obávám se, že Glockner slavně nedopadne. Zásek 20minut na čelo, to je fakt strašný!

### **Malina – Běleč 2010**

V AB balíku 17 skupina na čele. Jelo se občas do kopce z Nižboru. A jeden terezín ve 3 kole za hřbitovem, když odjeli 4lidi. Poslední kolo snad největší pohoda, všichni se navzájem hlídali. Ani Zahradník nebo Petr Novák se nezvedl, takže spurt. Od křižovatky odjíždí Šupol z EXE. Za chvíli se rozjíždí lajna. Jsem na 5fleku. Víteka Nováka za sebou. Ambicí na tento závod byla zazávodit si bez defektu a vyhrát kat. A. Proto jsem B moc nehlídal. Vítek to rozjel za někým po pravé straně, já po levé za Tremlem. V levé zatáčce v Belči stálo auto, trochu se to zamíchalo. Stále v "levém" háku. Vítek už nikde. Pár metrů před páskou se otáčím. Vítek je tu, ale s mankem za mnou. Radost, slunce v duši, jak by řekl Zákopčáník.

## **SOJOVICE**

### **Kolíkáč – Krumpáč a lopata**

Díku pátečnímu mírnému roztočení nohou, které se díky krásnému počasí a milé společnosti natáhlo na 4 hodiny, díky páteční rodinné oslavě, která se protáhla až do soboty, díky předpovědi, že bude výheň, jsem se opravdu necítil na nějaké závodění, a jediný cíl byl, přežít. Ale jak tak čtu, nebyl jsem na tom zdaleka nejhůř, vid' srdcaři Léňo. Obec Mečeříž už je celá oranžová i díky sponzorské firmě pořádajícího klubu, zavodňuji se, co to jde, na sebe jen nejnutnější oblečení a jde se na to. Hned po startu odjíždí dvojice, ale s balíkem to ani nehne, vždyť nás čeká málem 100km na mírně zvlněném okruhu, kde má balík šílenou sílu. Kecám se Šlapkama a pomalu se připravuji na první síto v Kochánkách, silnice pod kopce je hodně klikatá mezi domy, moc se procpat dopředu nejde, a tak asi budu odjíždět zezadu Shazuji na malou, rozhodnut to utočit, síly není a křeče bych taky nerad dnes dostal. Malina s Johnym vepředu, já se gumuji bok po boku s Léňou, který ale po chvíli odpadá, už se to dělí a balík se pomalu vzdaluje. No hezký, vsadil jsem holt na blbý koně, který to naděrovaly až

hrůza . Když se už pohřbívám do časovky je tu zničehonic zezadu Vítek Černý, který za sebou táhne vláček odpadlíků s jasným záměrem se znovu přisát jako pijavice na ten hrozen přede námi. Kaše, nevidím napravo nalevo, sliny odletují, ale před zatačkou na hlavní už můžu děkovat, jsme zpět. A hele už se zase vylétuje, a zezadu si to docvakává i Léňa, skvělý! Brd v Mečeříži přeletíme jako nic a užíváme druhého kola, balík jen ševelí a já marně hledám v hlavě kód, do kterého bych se přepnul a cpal se dopředu, pěkně se zašít blíže ke špici, plandám na ocase, kde to furt cuká, děs běs. Ale další Kochánky se mi jely parádně, tempo tak akorát pro moje vyšumělé nohy. A zase stejná písnička, jede nás stále kolem 50-60 lidí, užívám si chvíli jet s pány Zahradníky, Kudrny a jím podobnými, kteří se taky vezou v zadních částech vlaku. Třetí Kochánky zase pekelně bolí, vepředu se zrychluje a já se zase gumuji na ocase, ale štěstím z nebe je pro mě Melša, který se nějak zapomněl a docvakne mě zpět. Díky. Tak to už bych mohl vydržet ne? Ale už mě to začíná pěkně odrovnávat, ani nevím jestli to vedro, které přišlo nebo alergie, ale připadám si jak kdybych někde kopal krumpáčem studnu a házel celý den lopatou, prostě dřina, dřina a potěcha žádná. Poslední Kochánky musím vydržet, ale stále stejná písnička, nedokážu se zakukat do předních linií a jsem tak nucen k další tvrdé robotě při sjíždění balíku. Áááá podařilo se, sakryš, měl bych jásat, vždyť jsem uvisel poprvé čelo I.balíku UACu až do cíle, průměr 40km/hod., co bych si ještě mohl více přát?... ale vždyť se moc nejelo, vepředu bylo rozhodnuto hned od počátku, ty dva uprchlíky jsme totiž nesjeli. Blíží se cílový hup v Mečeříži, spurt v 50 lidech to je opravdu mazec, ale já jsem odsouzen do role diváka, bez motivace, bez síly, bez euforie se převaluji do cíle a jdu se s chutí dívat na přijíždějící vysušené tresky. Nálada se mi vrací při oranžovém pokecu, na každém je vidět, že dnes to zadarmo nebylo ...

### **Léňa – 70km s Malinou**

Do Sojovic (Mečeříže) jsem původně neměl v plánu vůbec jet. Těšil jsem se spíše do Pičina na Dabu. Přeci jen jsem v práci měl sérii nočních směn a nepřišlo mi jako dobrý nápad jet po noční na stokilometrový závod a ještě ke všemu jsem se celý týden pral z virózou. Jenže v úterý jsem se jel vypořit a vychrechlat do Kolodějí a tam mě Ti oranžový šílenci svými rozborý nahlodali natolik, že jsem byl rozhodnut do Sojovic jet. Vyrážím přímo z práce do Letňan, kde se scházím s Igorem a Diablem. Trasu Letňany – Mečeříž nechávám 100% na Igorovi jako místoznalci. Již od začátku jedeme trochu jinak než mi naplánoval plánovač trasy a jehož plánek mám pro jistotu uložený v zadní kapse, ale dávám na Igorovu znalost tohoto území. Trasa je nakonec o šest kilometrů delší než podle plánovače, ale za to nám Igor ukázal krásnou krajinu a většinu z 38km nám odtáhnul. Na závod mě přihlásil Kolíkáč (děkuji), vše bylo v klídku stačilo se jen hodit do závodního gala a hurrrráá celkem po 50km rozjetí a dvaceti hodinách bdělosti na start! Tentokrát si ani žádné cíle nekladu, prostě si to chci užít. Počasí vyšlo náramně, nefouká, slunce pálí, pyly zlobí, tempo krásné jojo, užívám si. Málem jsem z toho užívání vypadl z hlavního balíku již po prvním kole! Jak jsem si jen šmrdlal nohama, sledoval Quita, diváky po trati, rychlost na tachometru tak sjem si ani nevšiml, že jsem už na chvostu balíku a do kopečku z Kochánek najíždím dost zezadadu. Nemám se kam propadat.... Jedu naprostou kaši s krví a šrotem, ale i tak mi všichni odjíždí hned na úpatí. Při zpětném pohledu vidím, že za mnou jede docela svižně skupinka, nebalím to úplně, ale hákuji je. Tempo je vražedné, někde kolem 50km/h, ale díky němu můžu zase vidět Kolíkáče! Tato jízda by vzala více než dost sil a už jsem nechtěl toto znovu zažít, pokračoval jsem balíkem

dopředu abych si odpočinul. Tím se minul trosku z Bělče Johnyho, raketáka Malinu až jsem dokonce ve sjezdu z Mečeříže táhnul balík za Novákem se Šupolem -J. Větračka stačila tak hned se vrátit a kukat. Zaháknul jsem se někde za fešáka Malinu, přeci jen tam bylo bezpečno, případné změny tempa docvakne, jezdí bezpečně a hlavně je náš. Už se nekochám, ale plně se věnuji závodu. Začíná mi dost vysychat v krku, už se mi ani netvoří sliny, ale v balíku nemám odvalu se napít, tak trpím a vysychám. Pořád se mi hlavou honí, zda-li přežiju druhé Kochánky, když mám naprosto vyschlo v krku no nic jdu z bezpečí Maliny na větračku a házím do sebe skoro celý bidon. Naštěstí se mi ještě před Kochánky podařilo vrátit někam do poloviny balíku a tentokrát kopeček vyjždím sice svižně, ale bez jakékoliv krize či pocitu, že mi to ujede. No nádhera, dvě kola tedy mám úspěšně za sebou. Ve třetím mám stále větší a větší žízeň, bidon z ionťákem už mám v sobě a ta čistá voda, kterou mám v druhém mi suchost v puse stále ne a ne odstranit. Postupně mi to začíná jít také do nohou a již začínám přemýšlet o svém ukončení angažmá v tomto pendolinu. Nevím proč, ale když to je se mnou špatné, začnu hned vytvářet název svého reportu. Při pohledu na tachometr mi hned vypadává nadpis: 60km s Malinou. Jak tak přemýšlím, nohy slábnou ani si nevšimnu, že už jsme zase v Kochánkách a já jsem zase na chvostu. Dopředu se mi v těch prudkých zatáčkách již nedaří dostat a nastává pro mě peklo. Jediné co vím, nesmím to jet na velkou, takovou chybu jsem udělal na Dabě a hned jsem byl kyselej, točím tedy frekvenci kolem 120, ale chtělo by to těžší převod, protože celé mé okolí jede tak o půl kilometru rychleji. Na úpatí mám již pět metrů díru, tepy přes 190 a hlavu rozhodlou se na to vysr..., ještě se mě ptá Ruda z KPO co se děje, ale jen odvětuji, že končím. Sbohem balíku, sbohem Kolíku, sbohem Johny a Malino, zůstávám sám jako troska v Sojovicích. Dívám se na tachometr a budu muset změnit nadpis reportu na: 70km s Malinou. Před cílem třetího okruhu mě dojíždí jeden borec z příchozích s Markem Holým z Markusu tak ještě, že tak. Nemám na to tahat, jen se vezu. V Tuřicích dojíždíme ještě jednou příchozího a to vše jen díky tomu, že ten jeden příchozí má sice asi sto kilo, ale jede jako lokomotiva vše na špici. Až do Kochánek z háku nevystřím nos. O tempo našeho kvarteta se rovným dílem starají lokomotivy příchozích. V kopci z Kochánek jdu s Markem na špic jen tak točím, nemá smysl nás trhat, ale když už jsme nahoře tak vidím, že už jsme jen tři a naše hlavní lokomotiva je v nedohlednu. Navrhují naší miniskupince čekat, přeci jen nám odpaduvší borec odtáhnul 60% okruhu. Chvilí čekáme, ale borec stále nedohlednu, jedeme tedy dál. Tentokrát již střídáme všichni tři. Na nějaký spurt nejsem zvědavý, zaprvé si ani nezasloužím spurtovat a za druhé nemám tady soupeře. Poslední kilometry vzpomínám na Rendu a Mářu, jediní mý soupeři. Renda již nezávodí, Mářa jezdí spíše biky a ostatní dávní soupeři již jezdí úplně někde jinde. Když se to vezme kolem a kolem už nemám soupeře! V cíli mě ještě povzbuzuje Kolíkáč s Johnym, ale opravdu mi nepřipadá fér abych spurtoval s klukem, který mi odtáhnul celý okruh, dojíždím tedy s ním ruku v ruce, šest minut za balíkem. Dnešní závod mě vytrestal co taktiky se týče, ukázal mi nový směr mého vození se na kole, jsem moc rád, že jsem překonal všechny překážky a do Mečeříže přijel. Tečka v Kostelním Hlavnu na Kofole byla krásná, cesta do Letňan dlouhá a jen díky Igorovi, který na mě čekal a dotáhnul mě na metro jako neviňátko, jsem tento pro mě více než třicetihodinový den a 190km přežil. Díky všem a v červenci na dalších závodech se budu těšit!

### **Strejda – Pekny zavod, nadherna atmosfera.**

V Sojovicich chybely moje hlavni souperi z UACu (Kolbaba, Fousac a Hejda). Takze byl jsem odsouzeny dojet posledni v kategorii. Nastesti by tam v prichozich Mirek s cislem 471 a s tim jsme to odjeli jako podctivou casovku dvojic. A skoro jsem neveril vlastnim ocim, kdyz na konci posledniho kolecka jsme dojeli skupinku 4 zavodniku a zavodnic. Myslel jsem ze pojedeme s nimi velkou skupinu, jenze jakmile jsme zacali stridat, oni vsechny odpadli, takze do cile jsme dojeli zase ve dvou. To, ze se mi podarilo porazit dva lidi z C-cka povazuji za naprosto neuveritelnou vec. Oproti lonsku zlepzeni neco malo pres 12 minut. Neverim prilis, ze je to lepsi formou, spise to dela to nove kolo. Pekny zavod, nadherna atmosfera, a pak vlacek domu s Malinou jako lokomotivu. Co by si clovek jeste pral

## **JEDOMĚLICKÉ OKRUHY**

### **Mirek – Takhle mě nohy ještě nebolely**

UAC Jedomělické okruhy, 5 kol po 20km a k tomu závěrečné stoupání do cíle. Čtvrteční třístátřicítka je v nohách pořád znát a naplno s to ukazuje v půlce prvního kola v cca 2km stoupání. Už dole si vystupuju a nesnažim se hákovat čelo, nemělo by to šanci na úspěch. Hlídám si Alánka a Vencu Cafourka, to je záruka svižně jedoucí skupiny. Nahoře se nás dává dohromady osm, kromě těch dvou ještě Rošky, Milan Beránek, Radim Skála, David Krause, který pořád blbne před skupinou, a Jakub Šnajdr. V dalších kolech vcelku dobře střídáme a relativně se jede, držíme se pořád pohromadě. Na konci čtvrtého kola po 82km nás dojíždí čelo druhého balíku startující 10 minut po nás. V posledním kole už se trochu taktizuje, jediný delší kopec v půlce okruhu se už jede hodně svižně. Docela to kontrolovu vepředu, odpadl tam jenom Jakub Šnajdr a Milan Beránek, ten se ale ještě na rovině vrátil zpátky, to jsem se divil, hodně dobrý. Cílové stoupání začínám na třetím místě za Krausem a Alánkem, jede se svižně a nějakých 300m před páskou se začíná spurtovat. Jdu dopředu, kupodivu nějaké síly ještě mám a nakonec se podařilo skupinku vyhrát, Venca Cafourek ale dotíral zle Celkově spokojenost, pěkně jsme se svezli, nebylo to žádné velké trápení. Doma jsem byl rád, že jsem vystoupil z auta, takhle mě nohy ještě nebolely. Do Rampušáka se musím dát dohromady...

### **Radim – To byl ale fofr!**

V sobotu 19.6. jsem se rozhodl vypravit na další díl letošního poháru UAC, konkrétně ke Slanému na Jedomělické okruhy (celkem 5 okruhů po cca 20 km = 103 km). Bohužel jsem ráno zaspal, takže přesun probíhal v poněkud zrychleném režimu (jak jen to můj starý Forman dovolil), ale nakonec jsem dorazil relativně zavčasu a stačil se odprezentovat ještě před Přemkem. Od něj jsem pak vyzvídal podrobnosti o profilu a záludnostech trasy, protože na původně plánovanou projížďku jednoho okruhu na kole, ba ani autem, už nezbýval čas. Po podrobném popisu obou kopců na trati a krátkém předstartovním rozjetí jsem bohužel seznal, že oproti předešlým ročníkům se tentokrát jedou okruhy obráceně (proti směru hodinových ručiček), takže z původního Přemkova detailního popisu neplatí nic a všechno je lehce úplně jinak. Ale na nějaké velké úvahy stejně není čas, protože je právě odstartováno! Protože dnes tady není tolik lidí jako jindy (odhadem tak asi padesát), žádná velké tlačence po startu nevzniká a já se poslušně držím někde ve dvou třetinách balíku. Ne že bych nechtěl být více



vpředu, ale začíná se do kopce a jede se pěkně zostra, takže i kdybych sebevíc chtěl, tempo soupeřů je jednoznačně proti. Na prvním horizontu už se to láme a já jsem ten předposlední, který se v hlavní skupině ještě udrží, za mnou je ještě jeden jezdec a pak už díra. Následuje sjezd do Pozdeně a mírně houpavá rovinka do obce Srbeč, ve které si ještě užívám jízdu v prvním balíku, protože cítím, že už to nebude dlouho trvat. A také že ne, je tu totiž největší kopec okruhu směrem na Mšec, kousek přede mnou se to trhá a já zůstávám odpojen ve druhé skupině jezdců, která se za mnou už drobí na dvojice a jednotlivce. Ve snaze udržet se ve skupině pár jezdců předjíždím, je jasné, že ti už se v žádné velké skupině dnes nesvezou. Mně se však, byť s enormním úsilím, daří držet na konci kompaktní skupiny a navíc kousek před námi vidím, že z hlavní skupiny odpadlo dalších pár jezdců, mezi nimi Václav Cafourek (16) a Alan Held (17), takže chvíli ještě bojujeme na krev, abychom je dojeli a spojili síly, což se kousek před horizontem i daří. Je nás celkem sedm, kromě již jmenovaných jsou tu ještě Jakub Šnajdr (22), Beránek (106), Zbuzek (40) a Roškot (443), tedy jezdci většinou na mírně lepší, nebo stejné úrovni, každopádně je to pro mě dobrá společnost. Na rovině směrem k obci Mšec roztáčí naše skupina pěkný kolotoč ve snaze dojet hlavní balík zpět, ale je mi víceméně jasné, že to už se nám nepodaří. A je to tak, i když tempo naší skupiny po rovině osciluje okolo 46 km/h a víc, první skupina se stále vzdaluje, ani nechci vědět, kolik tam tak asi jedou... Na začátku druhého kola v prvním kopci ještě první balík na chvíli zahlédneme, ale to je dnes skutečně naposledy. Zůstáváme tedy v sedmi a občas nás na chvíli doplňuje David Krause (111), který jede takovým zvláštním stylem, v kopci je rychlejší, vždycky nám odskočí, na rovině pak několik kilometrů vlaje sám pár desítek metrů před námi, my ho někde těsně před kopcem dojedeme, on v kopci následně odjede a pak zase jede sám atd. Z pohledu závodní taktiky to nechápu, ale koneckonců je to jeho věc, já mám co dělat sám se sebou. Trochu paradoxně největší problémy nemám v kopcích, ale při jízdě po rovině. V prvním a druhém kole ještě v kolotoči pravidelně střídám, ale ve třetím už mám při jízdě na špici velké problémy přelézt jezdce přede mnou. Podle mě je to dáno i tím, že hodně jezdců namísto toho, aby po vystřídání v kolotoči trochu zvolnili, tak tempo naopak podrží nebo jej dokonce ještě zvýší. Někdy to vypadá tak, že se jede 46 km/h, jezdec přede mnou během vystřídání ještě zrychlí na 48 a drží to, no a já se tak ocitám na větru na čele a těch potřebných 50 už prostě vážně nedám, bojuji tak s odstředivším jezdce na krev bok po boku a celý kolotoč se na chvíli zastavuje, což zjevně není některým spolubojovníkům vhod. Tak se radši odklízím dozadu a střídám už jen sporadicky, když si vzadu trochu víc odpočinu, a také už si vybírám partnery pro střídání a jezdím takřka výhradně za Cafourkem nebo Šnajdrem, kteří jako jedni z mála po vystřídání opravdu zvolňují, takže je dokážu v kolotoči relativně normálně předjet a netrpím u toho jako zvíře. Třetí kolo je pro mě vůbec nějaké kritické, mám obrovské problémy ve stoupaní ze Srbče, chvíli už myslím, že si vystoupím, ale nakonec to i přes místy i několikametrový odstup přece jen nějak dávám. Na následující rovině už ale nestřídám skoro vůbec, takže přeskupuji plán na udržet se této skupiny až do posledního kola pod cílový kopec a ten si už vyjet hezky v klidu podle hesla nestřídáš = nespurtuješ o umístění. Ve čtvrtém kole ale překvapivě nemám takové problémy jako ve třetím a oba kopce se držím celkem v pohodě, na rovině jsem ale opět marnej, nicméně ve skupině se i díky mému sporadickému střídání držím a najíždíme do posledního kola. Těsně před koncem cílového kopce nás ještě předjíždí čelo druhého balíku s Vitáčkem, Kakačem, Burgrem ad., kteří startovali o 10 min za námi, takže teď máme šanci sledovat souboj o první místo „staříků“ prakticky v přímém

přenosu. Přiznávám ale, že ze zadních pozic naší skupiny už na to zase tak dobře nevidím a taky obraz je dneska místy už nějaký rozmazaný. V posledním kole se dá čekat, že se hlavní kopec pojede rychle, na rovině k němu proto opět střídám jen občas a připravuji se na nejhorší. A je to tady, hned dole trochu odskakuje Krause, což by vzhledem k dosavadnímu průběhu nebylo nic tak divného, protože už to tak předtím udělal několikrát a stejně bychom ho na rovině zase dojeli, ale horší je, že Cafourek (SOS) s Heldem (CK Vinohradské šlapky) tentokrát jeho tempo akceptují. My ostatní tak musíme chtět nechtět taky, pokud si nahoře na rovině nechceme dopřát dlouhou sólo jízdu až do cíle, což nikdo zjevně nechceme. A tak to tentokrát opravdu bolí, a to hodně. Jezdců před sebou se držím obrazně zuby nehty, místy už pouze nehty, několikrát chytím menší 2 m díru a sjíždím ji jen na pokraji krajního vypětí všech sil, ale nahoře jsem stále ve skupině. To se naopak nepodařilo Beránkovi se Šnajdrem a zůstali kousek pod horizontem asi 100 m za skupinou. Na následující rovině směrem k obci Hvězda se zase rozjíždíme k celkem slušnému tempu a jede se stále tak okolo 45 km/h. Protože je nás o dva méně (šest), snažím se střídat i já, jednak abych nebyl za úplnou kukačku a jednak abych zabránil tomu, aby se na nás odpadlí jezdcí zezadu zpět dotáhli. Při občasném ohlédnutí však s překvapením zjišťuji, že modrozlutý dres Mirka Beránka (VARTA – TJ SOKOL Králův Dvůr) se i přes pro mne v dané situaci již enormní tempo neustále přibližuje a ještě před Hvězdou je zpět mezi námi! No jak ten to jenom dělá, říkám si potají. Druhý odpadlý jezdec Jakub Šnajdr zůstává kdesi v nedohlednu, tak aspoň to minimálně jedno místo navíc mě těší. Projíždíme popáté Jedoměřicemi a čeká nás pošesté cílový kopec. Původně jsem měl v plánu dojet ve skupině až nahoru a tam pouze nespurtovat, ale to hned na začátku kopce bere za své, nějak už psychicky, ale popravdě řečeno ani fyzicky nejsem schopen akceptovat zvýšené tempo skupiny, a tak zůstávám sám odpojen a kopec si vyjíždím už relativně na pohodu, protože zezadu žádné nebezpečí teď již nehrozí. V cíli je mi odměřen čas 3:02:29, což dělá průměr přes 33 km/h a stačí to pouze na celkové 44. místo v prvním balíku (z celkem 51, ale dalších zhruba 11 jezdců, co odstartovali, tak bylo předjeto o kolo a cíle nedosáhlo) a 31. místo v kategorii (z 37). Ale jak jsme se pak dole ve vsi u aut shodli i s Přemkem a Vítkem Černým (KPO), kteří dojeli do cíle v první velké skupině spurtující o 1. až odhadem asi 30. místo, svezli jsme se dnes moc pěkně a rychle a máme toho zase jednou krásně plné zuby. Navíc do cyklistického deníčku mi přibylo pět nových vesniček, takže spokojenost na druhou.

## ČASOVKA NEVEKLOV

### Léňa – Dvě tváře

Neveklov je časovka, která mě nikdy v minulosti nelákala. Nevěděl jsem tedy vůbec do čeho jdu. Z důvodu vysokých venkovních teplot jsem zvolil pohodlnou dopravu s Kubajzem v jeho autíčku. V Neveklově potkávám Kapra v doprovodu své ženy, která pečce úžasné koblihy, po dalších šlapkách ani vidu. Po rozpravě s Jirkou Humplíkem se rozhoduju, že si pro sychr projedu celou trať, prý to je pěkné peklo a nemám rád nepříjemná překvapení. Trať si jedu projet s Kaprem a Kubajzem, který mi svým neustálým stěžováním připomíná Mrzouta ze Šmoulů, padá samé nesnáším vedro, nesnáším kopce, nesnáším sjezdy apod. , aspoň se s

Kaprem dobře bavíme . Jirka nic nepřeháněl hned po startu šlapeme 2km do kopce, pak samé hupy, rychlé sjezdy, další kopce, nebezpečné zatáčky (dvě), ale vše na dobrém asfaltu (teda jen na pasáži u Skrýšova). No budete bolet, ale proto to vlastně dělám . Jídelníček před závodem jsem nechal na klasice, jen jsem do startu do sebe od rána narval tři litry vody, což způsobilo mé velmi časté chození s pískem (malá příprava na stáří..). Na trať si беру bidon s 0,5l ionťáku, přeci jen to bude dlouhé a výživné. Startuju za Kubou Šnajdrem a s Kubajzem v zádech. V koutku duše věřím v čas pod 40min, sjetí Kuby a nesjetí se s Kubajzem. K délce časovky беру raději pulsmetr, nerad bych se utavil na prvních deseti kilometrech, hezky 185 a držet. Odstartoval jsem plný energie a v pohodě, jsem rozhodnutý do prvního dvoukilometrového kopce najet na malou a točit, jenomže nohy tak nějak jely, vítr neprotestoval tak jsem tam tu velkou nechal a točil, když mi začaly tuhnout nohy, frekvence klesla pod 70 měl jsem už za sebou přes 1,5km z kopce a na těch pár stovek metrů se mi nechtělo shazovat, tak jsem jí tam nechal. No, bylo to špatně! Rychlost klesla pod 20km/h, obsah laktátu na max. a přes vrchol jsem se jen prošel, nebyl jsem pak schopný ani roztočit třicítkový převod, prostě jsem musel vytočit a v místech kde jsme při projíždění tratě je-li přes 50km/h jedu sotva 40km/h, začínám se loučit s myšlenkou na sjetí kohokoli a spíše se otáčím, zda-li už u mě není Kubajz, uť není. V tomto houpavém úseku, který trvá až do Prosenice nejsem schopný se srovnat s převody, přehazuju jak na biku, prostě pořád, buďto mi je převod moc těžký nebo zase moc lehký, prostě hrůza, aerodynamika, která je i tak špatná je úplně v háji. V cílovém kopci Prosenické Daby jedu sotva 20km/h a při pohledu na tachometr kde mám teprve 11km tzn. ani ne půlka tratě mě jímá hrůza. Častým přehazováním a změnami rytmu to prostě dál nejde, kašlu na to a sjezd z Prosenice беру jako zlomový úsek časovky. Naleju do sebe celý bidon, vyklepu nohy, zalehnu na hrazdu a prostě sleduju už jen údaj o frekvenci šlapání. Točím mezi 90 a 100ot/m. Díky klesajícímu profilu docela jedu a začínám chytat rytmus, přehazuju až v brdku ve Skrýšově, kde stejně kvůli díram musím zpomalit. Můj diesel je v provozní teplotě, ještě není vše ztraceno! První táhlý kopec do Vlkonic jedu v sedě, držím se za opěrky hrazdy, a fakt jedu, nejdu pod 21km/h a dokonce začínám vyhlížet Kubu jestli mu náhodou někde nedošlo. Ze zadu už Kubajze nečekám, jestli mě nedojel doteď tak už ho neuvidím. V posledním brdku před Spolím míjím rychlostí Pendolina dva turisty z Pijasu, zběžně zkontroluju čas, je jasné, že pod 40 to nebude... škoda. Vítá mě cedule 2km Neveklov, rychlost držím těsně nad 40km/h a těším se na cíl. Ještě před Neveklovem mě dávají dva příchozí na časovkářských speciálech s doprovodnými vozy a frnk jsem v cíly, naprosto vyčerpaný a prošitý, tak to má být. Nebýt první neurovnané poloviny nebyl by to závod dvou tváří, výsledek by byl stejný, ale rovnoměrný. Znalost tratě je tady obrovská výhoda, opět jsem to podcenil. V mžiku kontroluju čas, který je někde pod 41min a je to prostě teď moje maximum a na víc nemám. V nohách prostě nebyla díky nedostatečnému tréninku síla, při každém nástupu, kdy jsem chtěl zrychlit, jsem si spíše přiléval kyselinku a tuhnul. Byl to takový jalový výkon, ale na turistu dobrý a mám krásný čas, který můžu už jen vylepšovat a až mi bude nad 50 let tak dám i 35minut!

# ČASOVKA DRUŽSTEV SPÍCÍ PANNA

## Bigmig - Aquačasovka družstev

Po všech ultramaratonech, maratonech, krátkých závodech, loni etapácích, všech možných časovkách a časovkách dvojic, mi chyběla ve sbírce závodů jen týmová časovka. A letos to nečekaně vyšlo. Dostatečně dlouho dopředu jsem si zamluvil místo ve skupině "B" nebo ve skupině "A", teď vlastně nevím, a pak už se jen těšil na závod. Quit mi ještě ve čtvrtek volal, zda se se mnou dá počítat, neb jsem delší dobu out of internet, a já ani na chvíli nezaváhal. I když počasí nevypadalo zrovna plážové. Vynechat občas nějaký závod pro špatné počasí není takový problém, omluvit se z časovky dvojic těsně před závodem je hodně smutný, ale nepřijet na časovku družstev, tomu už říkám zrada a za to je na vojně kulka milá paní. Takže jedu, počasí nepočasí, nějak si to užijeme. Quit, jako vedoucí družstva vytvořil sestavu ve složení Kajman, Mlhoš, Quit a Bigmig a zároveň i taktiku jet co to dá, protože s týmovou časovkou máme všichni zkušenosti buď nulové, nebo téměř žádné. Přichází sobota a den D. Sraz máme všichni na Černém mostě a já už moknu po cestě z Řeporyjí k metru. Na parkovišti před Glóbusem se složitě vyhýbám loužím hlubším 10cm a doufám, že se neutopím. Mé neobvyklé počínání naštěstí sleduje Kajman a nakládá mě do auta. Valíme to na Mělník a já sloužím za navigátora. Už to vypadá, že se počasí lepší, protože chvíli neprší. Bohužel ta chvíle měla jepičí život. Celkem bez problému jsme našli místo startu i cíle, ale zatím nám úplně nejde najít místo prezentace. I to se nám nakonec přece daří. Setkáváme se s Quitem a Mlhošem, kteří nás zatím zaregistrovali a už zíráme na krůpěje deště. Ne, opravdu ne, nezlepší se to, ba naopak. Přesouváme se do místa startu a chystáme rozjížděku. Je potřeba se trochu rozhejbat a hlavně sjet, abychom se po cestě nepomlátili. Domlouváme se jak střídát. Déšť zesiluje a při jízdě prší ze země, z boku, zleva, zprava, z louží, z aut protijedoucích i předjíždějících. Brýle se mlží a bez brýlí není nic vidět. Přichází závod. Hned v první zatáčce dostávám smyk, který mě silně rozhodí. Jen taktak se držím v sedle. Samozřejmě hned nabírám ztrátu a posléze se z nečekaného úvodu vzpamatovávám. Jízda v loužích mi činí velké problémy, a všudypřítomná voda v očích také. Je to běs, je to běs. Na 3. km mě protijedoucí autobus osprchoval od hlavy až k patě a tím mě definitivně probral z noční můry. Snažím se jet na maximum, ale strach z pádu mi visí nad hlavou. Cítím ho v nohách, rukách a hlavně v hlavě. Na psychice nepřidá ani auto ve škarpe, zjevně odstavené tam, kam po vodě doplávalo. Déšť se postupně zesiluje, louže a voda a voda a vody přibývá. Naštěstí je teplo, respektive není zima. Po 10km přicházím do krize a musím vynechat dvě střídání. Nejel jsem měsíc žádný závod a jen obtížně se vyrovnávám s dechem. Naštěstí chlapani mi přizpůsobují tempo a tak mám čas krizi rozdechovat. Po obrátce na 17. km se mi daří trochu rozjet, ale směrem k cíli už zase melu z posledního. V závěrečném stoupání už nabírám ztrátu 10s. Přesto vám chlapani všem děkuji, že jste mě dotáhli až sem. Mám velkou radost, že jsem v cíli. V totálním slejváku si to všichni užíváme. Snažím se rychle převléknout do suchého, ale je to téměř zbytečné. Při pohledu na tretry, kterými protéká řeka mě nemůže už nic překvapit. Také Kajmanova sedačka v autě vypadá jak kdyby vzal na stop vodníka. V prostoru cíle ještě potěšila teplá zeleninová polévka, ale jinak člověk už spíš myslí na vanu. Cesta domů po dálnici v hustém lijáku byla opravdu hustá, zvláště když jsme s Kajmanem trochu bloudili Prahou, ale to už je jen labutí píseň. Cesta metrem na Lužiny pak byla ve

znamení debat se stejně zmoklími cyklistkami . Zpříjemnila mi tu kleptici, která se do mě bohužel dala. V odpoledních hodinách pak dorážím promrzlí a šťastný domů. Chtěl bych touto cestou poděkovat Panu cyklistovi Kajmanovi, který mi poskytl příjemné prostředí jeho Fordu, protože původní vize přijet a odjet na start po svých se tentokrát opravdu nezdála reálná. Zároveň se chci tímto omluvit paní Kajmanové, že jestli musela sedět na mém místě, tak tedy asi jen v pláštěnce . Velký dík Quitovi a Milhošovi za skvělý sportovní i umělecký zážitek. Chlapci - do smrti na to nezapomenu. Tak skončila moje první "aqua" časovka družstev. Jestli mě kluci vezmou příští rok, určitě jedu .

### **Lěna – Pořádně vykoupaná panna**

Na Spící pannu jsem se přihlásil již na jaře a zejména kvůli účasti Kuřete jsem nemohl chybět. Celý týden před závodem jsem spíše odpočíval, možná bych tuto regeneraci mohl nazvat válel. Menší komplikaci mi způsobil ruplý ráfek z velké ceny Holých Vrchů, ale naštěstí jsem ve sklepě měl sice mnohem těžší a již uleželý ráfek, nic mi nebránilo vyrazit společně se srdcařem Qitem do Mělníka. Je jasné, že se celá časovka pojede za deště, ale ani na sekundu neváhám zda-li jet, je to přeci jen týmová časovka a ta se nevzdává kvůli takové drobnosti jako je déšť. Už tak byl náš tým zdecimován odchody Alánka do důchodu, Johnyho do Finska, ještě že máme ve svém středu raketáka Bobka, který naše družstvo na poslední chvíli doplnil. Vzhledem k počasí (hustému celodennímu dešti) si trať projíždím s Kuřetem a Vítkem autem. V autě máme plno sil a elánu, plánujeme si kde pojedeme přes 50km/h, kde a jak budeme střídat prostě normální hecovačka . Docela jsem byl překvapený, že těch 33km může být tak dlouhých, sice bez kopce, ale ty potoky vody budou jistě fungovat jako dobré brzdivo, vzdávám se svého cíle jet poprvé v životě časovku průměrem nad 40km/h. Při oblékání do "závodního" deště zeslabuje na přeháňku není tedy důvod si aspoň první kilometry neprojet. Řeším jen dilema zda-li vzít cyklistické brýle nebo civilní, беру civilní. S Bobkem, Vítkem a Kuřetem se sjíždíme do háku až ve vesnici za mostem, kde poprvé zaléhám na hrazdu a polykám kamínky, které mi Kuře stříká přímo do krku . Sůl mě nepředstavitelně pálí do očí, nejsem schopný hákovat, musím z háku a větrat se. Má viditelnost po asi třech kilometrech se dostává na hraniční hodnotu 30 cm, nechci kluky sejmout při rozjíždění vystupuju si z vláčku, mnu si oči abych aspoň něco viděl a koketují s myšlenkou jet bez brýlí (což při mých skoro šesti dioptriích je docela hazard). Ještě pár stovek metrů to zkusím, ale už jedu skoro se zavřenými očima, brýle sundávám a orientuju se podle barev.... Začíná ve mě hlodat myšlenka co tady dělám, akorát někomu ublížím, co jsem to za kokota apod.. Jedeme si ještě odložit naše promočené bundy do auta, kde si беру klíče, protože mi je jasné, že v tomto stavu dlouho nevydržím a jediný způsob jak klukům můžu pomoci je, že jim odtáhnu začátek a zbytek bude na nich. Kuře jen tak pronese větu: Bez cyklistických brýlí se v tom prostě nedá jet. Věta mi uvízne v hlavě a na poslední chvíli беру cyklobrýle a hold to risknu. Na start dojíždíme akorát 2min před naším startem. Jsem rozhodnutý co nejdříve odpadnout, řadím se do dvojice s Kuřetem. Mám zařazen docela těžký převod, který roztočím až na mostě, kde mě předjíždí Kuře, no asi jedu pomalu (jel jsem 44km/h).... Jedu za ním až nakonec mostu, kde nás čeká jedna ze dvou ostrých zatáček na trati, projíždím jí až krokem, tím se dostávám na chvost naší grupy a jsem velmi mile překvapen, že ty proudy co na mě jdou od kol a z nebe snáším dobře a vidím! Uleví se mi a měním své záměry, chci s klukama dojet! Jsme nesjetí, ale tempo držíme pravidelné, jediný brdek na trati začíná rozjíždět Kuře, kterého střídá Bobek

a na horizontu má maličkost, tempo není nic moc, fouká pak ty potoky vody, prostě jedeme okolo 35km/h. Špici jedu na svých 90% nerad bych nezvládl zařazení, bohužel cestou na další špic se mi nedaří moc odpočívat, protože nejsem schopný chytit takový hák abych odpočíval, aby mi nestříkal proud vody a kamínky do obličeje, jsem už starší člověk a nemám to rád . Jediný úsek kdy si můžu odpočinout se pro mě stává cesta od špice do háku. Ze začátku se mi nejlépe jeví Bobek, který tahá nejdelší špic, Vítek mi připadá, že teprve chytá rytmus nebo přichází jako triatlonista na chuť jízdy ve skupině, Kuře mu asi dvakrát poodjede, беру za něj asi dvě špice, nechci aby se utavil, prostě se cítím v pohodě. Do obrátky nám rychlost nad 40km/h jde jen chvílemi (nesledoval jsem tachometr neustále, možná se pletu). Ještě do obrátky předjíždíme mixovaný tým HSK a našich borců. Kuře asi na patnáctém kilometru něco zahlásí o krvi, pochopil jsem z toho, že jede krev (pozdější průběh závodu mi spíš tuto verzi vyvrací). Cesta na obrátku byla dlouhá, ale snesitelná, začal jsem se těšit na druhou oranž skupinu . Jenomže Kuře přiložil pod kotlem, vítr už taky moc nezlobil, prostě se málokdy jelo pod 40km/h, spíš kolem 45. Začínám mít problémy a pár šipcí vynechávám nebo jen projíždím, už jen dostat se na špic mě dost bolí, jsem jasně nejslabší článek. Vždy když jdu na špic si zkontroluju rychlost a tu držím, spadne-li o chloupek střídám, nejlépe se mi jede za Vítkem, který je přeci jen z kluků nejvyšší, ale díky mým vynechaným špicím jedu nejčastěji za Kuřetem a to je boj. Točím svou frekvenci kolem 110 až 120 ot/m, což se Kuřeti moc nelíbí a pořád mi říká ať si hodím těžší. Asi na dvacátém km tedy zkouším jet frekvencí 85 až 90 na těžší převod, mám problémy při odstředávání a nedaří se mi ani držet rychlost na špici, po pár kilometrech jsem pěkně zatažen, vracím se ke svému kolotoči a trvá mi minimálně další 2km než do nohou dostanu nějakou sílu, ale to už se blížíme k cíli a Kuře z pekla dělá peklo na druhou, už ho nestačí hákovat snad nikdo, déšť se změnil v průtrž mračen, jsem rád, že visím, na špic nemám ani náhodou, sotva vnímám jak nám Kuře poodjíždí a musí čekat..... Posledních pět kilometrů jsem na špici tak jednou. V nájezdu na most v Mělníku už vím, že s kluky dojezu a těším se na cílový kopeček. Hned na jeho začátku házím malou, tím sjíždím dost značně lámajícího Bobka, ale bohužel díky minimální viditelnosti vjíždím do díry, která mi prořízne zadní plášť, který je v cukuletu prázdný. Do cíle dojíždím na ráfku a jsem rád, že jsem se s kluky dojel, sice jako nejslabší, ale padáka mi nedali . Nakonec z toho byl průměr přes 41km/h, super cíl splněn, být sucho mohlo to dopadnout ještě lépe. Kuře se zlepšuje každým týdnem, Bobek je stále raketák, Vítek je výbornej, moc jsem si to užil.

## KOLEM POSÁZAVÍ

### Honzis – dojet na Ondřejově ...

Největší mač léta opět tady ...86km, 1450m převýšení, cíl u hvězdárny na Ondřejově, ano, to je bájně Posázaví! Sobota začíná nočním lijákem a to jako fest chčije! Fakt nevím co budu dělat, teprve když v šest přestává lejt, tak neváhám a připravuji se na přesun po ose. Dle radaru mě čeká ještě jedna přeprška jako bonus. No co se dá dělat, na Posázaví přece nemůžu chybět! Na schwinna dám blatník a v půl deváté vyjíždím. Začíná pršet ... Radimák 39/15, nějak mě nebaví šlapat rychle. Vrbčany, chčije, víc chčije, v tretrách bazén, dres durch. Dobrý, za mnou 5km a ještě chybí 28 k prezentaci. Mi z toho jebne! Obloha černá kam

dohlédnu, ani neřadím, nechávám vzadu 15ku a jenom řadím pily. Dlužno dodat, že Tiagra teda zvládá práci s přesmykačem citelně líp než ten Sram Force! Do brdků jezdím 16-18km/h, na velkou si vstávám, všechno je mi ukradený. Kouřím, v tretrách je už několik deci vody a je docela chladno. Kaluže jsou hluboké tak, že místama nevidím ani ráfky a to mám 30mm Rapidy ... Jako správný tvrdák jsem si nebral nic – tzn bez návleků na tretry, bez rukavic, jenom krat'asy a dres! Bulánka, najíždím 52/15, pak teda shodím a v poklidu si jedu osmnáctkou hore. Před serpentínama proti mně teče bahno. Bohužel v každé zatáčce, neb potůček má pramen na stráni o pár desítek výškových metrů výše. Jedu furt 15ku, což je docela drsný, ale mně ani mým nohám to zatím nevadí. Z Králky to mastím na Olešku a děšť ustává. Protnu I/2 a jedu do Nučic. Na Konojedy tvrdácky 52/15 i do 7%. Rozdrbaná silnice, nejsou vidět díry, au au, zku\* počasí! Jsem v 420m n.m., rozhoduju se jet zkratkou po cyklotrase č. 1 do Jevanskýho, abych nemusel padat v Konojedech a zase stoupat nad Hradec a pak sjet ty hnusný serpentiny. Copak nápad by to byl dobrý, ale to jsem netušil, že v lese je silnička samý šutr a ten 12% sklon dolů na mokru a bordelu rozhodně nepreferují mé poloviční brzdné špalky. Vidět je kulový, metu jámy a do jedné zatáčky jsem poněkud delší, takže vycvakávám a už si jedu erzetu v šutrácích a trávě. Dobrý, přežil jsem. Dole mám vyklepaný pazoury a už si chci najet víc doleva, že budu odbočovat a proti mně nějaký auto. Ty vole to byla fakt zkratka za všechny prachy. Nadávám si a v Jevanském se zase nějak srovnám do normálu. Ještě Ondřejov. Dát ho taky na 15ku by bylo dobrý, ne? Do Kostelních Střímelic to docela jde, jenom v poslední zatáčce už pěkně stojím v pedálech. Chvilku oddych a pak už jenom po mokré silnici dál. V zatáčce si stoupnu a jsem na horizontu u zastávky Skalka. Vida, 33km a 580m převýšení na 2převody 39/15 a 52/15. Slušný, ne? Na náměstí se to už hemží měkotami co přijeli sračky auty! U prezentace potkám Davida Marka a cestou dolů do Chocerad pěkně klepu kosu. Sedám si na lavičku, ždím ponožky a přemýšlím jak mít zase brzdící brzdy. Zajdu k nástěnce a postupně tam urvu několik papírů lákajících na již proběhlé koncerty. Otřu si ráfky a špalky. Pěkný sračky tečou po těch silnicích, jen co je pravda! Start, lidí fakt hodně, už je jenom zataženo a místama se obloha i protrhává. Já mokrej durch, kolo jako prase, vypadám jako exot. Za autem se jede svižně, hned za odbočkou na Vestec se rozjíždí brutál tempo. Aspoň mně se to zdá. Jedu 39/17 i v tý 12% stojce a cedím se dozadu. Nevím koho napadlo jet takovej šrot, ale dlužno dodat, že v nastoleném tempu se pokračovalo dalších 10minut na horizont, kde už jsem nebyl ... Na rovince před Vestcem kmihám 39/15, kolem mě je Pepa Komárek, vůbec jsem nějak víc vzadu, než by se na mě slušelo, kor když Vodslivy patří mezi mé oblíbené kopce. Dneska to nejde, možná jsem ještě mrtvej z přesunu. V dalším hupu za Vestcem jedu 39/19, pak shodím na 17ku, ale velmi početné čelo mizí v dáli, už je tam díra. Do Vodsliv nahodím velkou a jedu 40km/h. To je málo, ani 52/21 do 11% stojky k Ostředu nestačí a mám 35-40sec na cca 20členné čelo. Do Sázavy se to valí, vezu za sebou vagónek, jednoho odpadlíka sjedeme a střídáme ve třech. V zatáčce nás zbrzdí pár aut, čelo definitivně v trapu, na mokru se docela bojím, ale esíčko v Dojetřicích zvládám dobře. Dole do Sázavy už ale trága, propadám se. Je tu Mářa z česyku, Vítek Černý, Pepa Komárek, tandem Chyba + Moflar, ... Za kolejem nechám velká + 19z a odjedu ze skupiny. Přece někdo musí z toho brutál tempa odpadnout! Vidím před sebou tříšticí se skupinku, ale jsou moc daleko. S tou pilou jsem to přepísk, shodím na 39/17, pak dám 19ku a jedu vcelku svižně, nějakých 17-19km/h. Vidím poněkud výletujícího Malinu. Na plošší pasáži nahodím zpátky velkou a předjedu ho. Na otázku

pojedeš na mě se mi dostává odpovědi já nejedu. Z tónu hlasu poznávám, že Jirka asi není dobře naladěný a lámu to až na horizont na pilu. Pokračuju v tempu dál a sjíždím Mužíka. Nehákl se, tak jedu dál. Zezadu se přibližuje část skupy ze Sázavy. Táhne je tandem. Poskládáme se za Chybiče, ve stoupání jim vystřídáme, ale bolí to až běda. Letíme k Ostředu, dřu jako vůl, zůstali jsme za tandemem jenom ve 3. Sjezd a hup k Třemošnici. Občas spurtuju, ale oddych v závětrí stojí za občasnou wattovou špičku. Sjezd, jsem poslední, ale v kopci nechám velkou a zase jim cuknu. Rychle mě ale sjedou a ve stojce k Divišovu už vidíme skupinku zase na nějakých 30-40vteřin. Je to ale nejspíš až druhý sled. 12% raději ze sedla na malou, trochu odjízdim, tak mám čas se napít. Táhlé stoupání už pěkně makáme, jeden odpadá, Želina hákuje nejlíp, já před Šternovem vystupuju. Ono hákovat furt tandem se mi nezdá jako úplně fér. Přelítnu Živného z Kooperativy. Zatačky do Šternberka v mém podání opět spíš komické, nicméně za mnou nikdo, tak ještě zkusím v kopci něco sjet. Nepodařilo se, tandem s Želinou měli asi půl minuty. Lámal jsem to na 52/21, hup po sjezdu i na 23ku, ale to už jsem byl pěkně vyšitej a zhodnotil, že zkusím jet tempo sám. Rozdrbaný asfalt, mokro, zatačky, nic zábavného při sjezdu do Ratají. Kostky nemám rád, ale jedu si je podle svého – 39/21, po rovných 4minutách jsem nahoře a vidím před sebou jednoho odpadlíka. Zkouším furt jet, dávám si, ale u myslivny má cca 35sec. Sjezd do Talberka opatrně, pak dupu podle vody, jeden spravuje, nikdo za mnou ani přede mnou. Nechyba, nechám velkou + 23z, ale rychlost v poslední zatáčce nějakých 16,5km/h byla bídná. Na horizontu jsem to ale pěkně rozjel a drtil to až do Benátek, kde mě policisté pohlídali nájezd na silnici do Moštic. Mírné stoupání lesem dřu jak nejlíp umím, nikoho za sebou nevidím, snad mě nesjedou! Vlkančice, nemám je rád, ale na konci zvedám prdel a spurtuju 52/19 za povzbuzování místních lidí. Sjezd s respektem, pak nekonečná rovina na Marjánu. 52/15, šrot. U škarpy někdo spravuje. Na kostky ve Skalici dojíždím už tak vyšitej, že se jenom tak kolíbám asi 18kou. Nechal jsem zase velkou, ale Rapidy po kostkách skáčou a nahoře jsem měl nohy jak z olova. Jevanský, teď už mě přece nemůžou sjet! Jedu 52/15,17 furt k 35km/h, snažím se pít a už už se těším z toho, jak jsem dokázal ujíždět těm za mnou. V dále vidím někoho před sebou, nemám nárok. Síly rychle ubývají, dám 39/19, ohlédnu se před Kostelními Střímelicemi a tam je snad 10-15 lidí. Kde se vzali??? Kurňa, mě sjedou, je to jistý, jsem v pr\*. Dojíždím nějaký traktor, jede stejně jako já, smrdí, řve, děs. U hospody ho беру, ale pak definitivně tuhnu a zpomaluji na nějakých 18-19km/h. Nohy se zastavují, v esičku zvedám zadek a už vidím za sebou Vitase a spol. Jde přede mne doprovodné auto 2.balíku, pak nějaký Duklák a za ním se za autobusovou zastávkou přibližuje celá grupa. V lesíku roztáčí tempo Kapr a za ním jedou 3. Není to úplně brutál, ale řvou na mě, ať je nechám. Pánové, vy jste nejeli od Divišova časovku! Nic, držím se teda odstup a větrám, místo abych se zapojil do skupinky mého 1. balíku. Jsem psychicky zdeptán, fyzických sil se nedostává, sjíždím na náměstí, Kapr a spol parkují, tak je na kostkách dojíždíme. Sekera láme velkou, nemá na to, jde přes něj Vítek Černý, Živný a další. Nechal jsem 52/23, ale to byla blbost, nohy dostaly poslední zářez, ze sedla nešlo moc jít, skákalo to. Kapr si rozdává s Vitasem a ještě jedním. Od nás spurtuje Vítek, pak Živný a další dva. Jednoho беру na kostkách před hvězdárnou, ale to už bylo pozdě, měl jsem se zmáčknot dřív. V cíli to vypadá jako na popravě, za čarou se skoro leze po čtyrech. Já se svými 52/19 či co hodlám přejet do koridoru, ale za těmi, co jdou pěšky to jde teda blbě. Konečně, mohu se rozjet, shodit na malou a počkat si chvíli, než přijede Kolík, Mářa, Pepa, Léna, ... jsem pěkně naštvanej, takové sólo a ostatní si jeli pěkně v balíčku a nevypadají tak zoufale jako já.



Dopiju bizon, sežeru sůšu, pokecám a pak radši dom. Mám dost. Normálka i chvílemi svítí slunce, jedu spíš tak samospádem, Hradecké serpentiny lámu 52/17, v Konojedech jedu 39/17 a připadá mi, že couvám. Před Oleškou potkám trénující Vokolky. Asi se jim nechtělo do mokra. Jsem tak vyšitej, že stavím a žeru několik minut špendlíky u silnice. Nemám co pít, na Kávěnky už nemám náladu, tak se dávám dohromady aspoň takto. Bulánka dolů, za Kouřimí švestky a další pauzička. Pak už jenom hup do Miškovic a hnusné brdky ve Vrbčanech. Navíc fouká proti, jsem šťastný, když s sebou fláknu doma. Z kola teče voda, ale momentálně nemám náladu s ním něco dělat. Piju, žeru, všecko je mi šumák. Takhle dobitej jsem už dlouho nebyl! Večer teda umyju kolo, ale běh v Orlických horách nakonec odpískávám a přijímám pozvání Mirka Zbuzka na Žebráckou 25. No můžu dopředu říct, že to byl další očištec, některé dvojáky jsou fakt přes čáru a tohle bylo, hodně ...

### **Kolíkáč – Posázavský monument**

čas 5:30 někde u Třeboně ... Budím svoje holky a přenáším je v polospánku do auta a směřujeme do Prahy. Za Tábořem se spouští přívalový déšť, bičují nás proudy vody, silnice se proměnila v řeku. Letos mě už nic nepřekvapí... Vyložit holky doma, poděkovat za trpělivost jakou se mnou mají při mých cyklistických úletech, takhle v sobotu brzo vstávat, navíc o prázdninách. Ale copak můžu vynechat takový závod, který pro nás připravila rodina pana chirurga z Kladna? Navíc v Posázaví, kde znám snad každý kopec z pravidelných vyjížděk závisláků od kostela? Po Krušnotonu jsme rozhodnut jet za každého počasí, ale dnes radary naznačují, že by se to mělo trhnout a zeleno-červené fleky odplout do daleka. čas 9:30 Ondřejov Oranžový hlouček zase ševelí předzávodní atmosférou, dnes navíc okořeněn podavači bidonů Vyhupem a Ježkem. Proč to nevyužít, svěřuji tedy jeden svůj Vyhupovi s domluvou, že předáme v Ratajích. Hned se mi pojede lehčeji Ještě se rozjet s Quitem a hurá na to. čas 10:40 Chocerady

A už se to rozjíždí, balík se natahuje a ve Vestci už marně koukám do dále, abych zahlédl čelo. No jdeme na to s Léňou s námořnickou rozvahou, ještě že tu ten kluk je, Mářa ujetej, David Marek taky před náma, vůbec se to nevyvíjí dobře. Dejchám jako lokomotiva, tyto starty do kopce by se měli zakázat Před Vodslivou jsem se konečně srovnal a trochu se to rozjelo, navíc když se před námi formuje pěkná grupa, Léňa spolehlivě visí a tak za Vodslivou už jsme s nimi a horizont u Ostředku zafandí Ježek a kolem nás se mihne dvoukolo Chyba-Moflar, héééé tak rychle za ně, oni ty roviny umějí jako nikdo A taky že jo, kvapík, který roztočili atakuje 55km/h. a začínáme sbírat jednoho borce za druhým. Ale pěkně to bolí, každé menší zaváhání se rovná odpojení, ani na chvíli nevystřekovat hlavu či tělo z okýnka tohoto rychlovlaku. A jsme v Sázavě, a tady je Mářa, Vítek Černý, Honzis, Pepa Komárek, Vítek Mužík prostě samá zvučná jména, ale musíme si na rovinu přiznat, nebýt dvoukola, tak jsme tady s Léňou nebyli Ale není vůbec vyhráno, prďák na Bělokozly nás prověří, jestli si zasloužíme jet v takovéto společnosti, jedu co nejúspěšněji na lehčí převody, musíme to přežít... V dále je vidět orange dres, špekuluji, kdo by to mohl být, jedině mě z toho vychází Malina, a na vršku je to jasné, je to on, vystupuje si z dnešního matche, vedle stojí a fandí Vyhup, díky za dodání morálních sil! Honzis se rozhodl hákovat dvoukolo, no to jsem zvědav, jak dlouho vydrží, teď je rovinatější část do Šternberka a tam dvoukolo pojede jako k ohni. My jsme se zcukli do cca 15-ti členné grupy a pěkným kolotočem pokračujeme dál. Konečně je čas doplnit bidonem a zadními kapsami pokleslé hladiny v těle a připravit se na

další prověrku ze Šternberka na Nový Dvůr a Zalíbenou. Vypadá to dobře, s Léňou jsme chytli rytmus skupiny a užíváme si silniční amatérské cyklistiky. Nahoře zase podpora v podobě Vyhupa, člověk jede hned jinak, jakoby ho nechtěl zklamat a někde odpadnout... Rozmláceným úsekem se přesouváme do Ratají, tady jsem si naplánoval útok na kostkách, abych si v klidu nahoře přebral bidon, ale jsem rád, že visím na chvostu a poskakují na rozeklaných kočičích hlavách. Nějak ani nevěřím, že tam Vyhup bude, jelikož nás nepředjížděl a časově to stihnout nějakou oklikou mi připadá nemožné. Ale je tam, ještě vyprázdnit stávající bidon a přebrat nový a rychle se zase zašít na chvost. Uff podařilo se a ve sjezdu Talmberkem už mohu i chvíli potáhnout špic a rozdýchat se na Nechybu. Vypadá to dobře, přežili jsme další díl posázavské epopeje a teď už bychom to mohli domlátit bez větších zádrhelů až na Střímělice, že jo Léňo? Léňa souhlasí, a tak se vezeme přes Vlkančice, překodrcáme kostky ve Skalici, přeskáčíme díry v údolí okolo Propasti a najednou prásk ho, je tu čelo 2. balíku, Kapr, Vitas, Dix a Sekera. Naše grupa se začíná selektovat, visíme za touto čtyřkou, do Kostelních Střímělic jsem tam ještě taky, ale u hospody už nemám nárok to utočit, a tak ještě povzbudit Kapra, který je v následující serpentíně už o patro výše a pak se soustředit na smysluplné dojetí. V kostkovém stoupání do cíle ještě háknou Váňu (SOS) a pokusím se dostat v závěru před něj, aspoň nějaký bodík navíc do UAC... Byla to parádní záležitost, podařilo se jet ve skupině, což je v hromadném závodě jedna z důležitých věcí a jet s týmovým kolegou to je vždy třešnička na dortu. Navíc vidět Kapra v akci, mít podavače bidonu, to se jen tak nestává... Největší dík ale patří Kolbabovcům, že se zase pustili do té pracné a málo oceněné činnosti, jakou je pořádání silničního závodu, díky nim roste k světu takový posázavský monument. A Posázaví si to zaslouží!

### **Léňa – Je to 2:0!**

Závod Kolem Posázaví beru jako přípravu před Králem, především chci vyzkoušet, zda-li jsem schopný jet s Kolíkem a zvýšit skóre Léňa - Mářa na 2:0. Nenechávám nic náhodě, jedu si ještě v úterý místo Kolodějí, protočit nohy po trati s Icemanem a Kajmanem. Kopce, až na Rataje, znám všechny z našich úterních a čtvrtěčních setkání kolodějských pacientů, jedná se tedy jen o čistou projížďku po krásném kraji s výhledy, které si při závodě jistě nevychnutám, celkem nám to dalo přes 120km, spokojenost veliká. Iceman mě ještě straší, že Kolíkáč nedorazí, to by pro mě katastrofa, tento rok podle něj jezdím a zatím platí rovnice dojet s Kolíkáčem = dobře zajetý závod (např. Doksy, kde mě zachránil od odpadnutí Malina, Prosenice tady mě držel týmový duch a pak jsou závody, kde jsem od Kolíka odpadnul těsně před koncem (Sojovice, Velká cena Holých Vrchů - vždy to bylo když jsem šel na start po noční směně) a nakonec závody kde jsem naprosto vyhořel, Klučenice. Jedinou výjimkou byla Pěnivá důva, kde nás oddělila jen skutečnost, že Kolík zaspal při ostrém startu). Prostě raketák je tento rok lepší a jet s ním znamená pěkně si dávat, ale dojet s vyplavenými endorfiny, jet ve skupině za ním znamená výlet a nezazávodit si a ve skupině před ním, nemám co dělat! Proto jeho přítomnost byla nutnost! Jet s Márou bez něj prostě nemůžu, protože Mářa vyznává styl závodění, který mi prostě nesedí. Vždy od startu tempo napálí a závodí jako by se jednalo o poslední kilometry, sice mu na pak dojde, ale ty začátky nemusím. Počasí naprosto neřeším, přeci jen kdo závodil minulou sobotu už nejspíš počasí nebude řešit nikdy, ranní déšť beru jako normální součást jízdy na kole. Quit je jako vždy naprosto přesný, již zvyklý, že když jede se mnou tak přší. Jeho luxusní péče si užívám až do Ondřejova, kde

začíná typický před závodní mumraj. Je tady oranžovo a není to mítink jedné politické strany pána s bradavicí tak velkou...., zdravím vedoucího naší maratónské skupiny A, Strejdu, cyklistického nadšence Lemonda od kterého fasuji krásné košile, moc za ně děkuju, stále výborně jezdící legendu Vyhupa a další, prostě se nás sešlo minimálně patnáct. Přijel taky Mářa, který si nechal svůj typický bílý dres doma, ale má s sebou dvorního domestika malého Mářu, začínám se těšit víc a víc. Sto procent spokojenosti dosahuji při příjezdu Kolíka. Rychle do dresu a jedu se rozjet. Při rozjetí cítím, že by to mohlo být dobré, déšť už taky přestal, prostě dnes musím dojet. Jako vždy, také tentokrát jsem něco zapoměl doma, dnes to jsou montpáky. Naštěstí mě zachraňuje Vyhup, který mi svěřuje své montpáky pečlivě zabalené s duší v balíčku o rozměrech kreditní karty. Technicky mám vše, ještě sypání v podobě gelu a magnesia a hurá na start. Až na startu zdravím hrdinu z Krušnotona Malinu. Je to borec, který po dvouset kilometrové individuální časovce v nelidských podmínkách, za vražedného tempa, kdy za posledních pár desítek kilometrů najel na čelo závodu přes šest minut, dokáže stát na startu nejtěžšího UAC závodu, prostě jak by řekl jeden opeřenec, je to hovádko! Řadím se někam dopředu, abych se měl kam cedit, prohodím pár nesmyslů typu: Dnes jedu s Malinou a hurrrrá na to! Do prvního kopce vjíždím s vědomím, že se nesmím vymáchnout až nadoraz, je zde sice riziko ztráty kontaktu s Mářou, ale řídí se tím i Křížák tak na tom něco bude. Hned v nájezdu do kopce řadím kašpárka a točím si svých sto otáček, začínám se cedit, ale jsem v klidu, před Vestcem už mám díru padesát metrů a nebyť Kolíkáče, který jde také přeže mě výletoval bych dál. Hákuju raketáka, začínám se zbavovat glykogenu, ale žiju. Ve Vestci vidím před sebou krásnou skupinku a jelikož za námi je dost díra je jasné, že pro další průběh je nutné skupinku docvaknout. Mářa je někde v trapu, ale jsem klidný, však ho někde potkáme J. Skupinu především díky krásnému tempu Kolíkáče před Vodslivy sjíždíme hned ve výjezdu z Vodsliv. Na vrcholu nás předjíždí tandem Chyba + Moflar a ihned roztáčí tempo, díky nevymačkanosti bez problému hákuju a užívám si tempo kolem 55km/h v závětří, Kolíkáč křičí eufórií a my sbíráme jednoho borce za druhým. Ve sjezdu do Sázavy trochu ztrácím, přeci jen chci mít rozhled a na mokré silnici si v serpentinách nejsem jistý, ještě v Sázavě jsem zase zpět a začínám poznávat nasbírané korálky Honzis, Vítek Černý, Mářa s bráchou no paráda (říkal tedy něco o pádu, který je oddělil od skupiny před námi, ale stejně bychom se sjeli J). Kopec na Bělokozly znám velmi dobře, dávám opět kašpárka, ale tentokrát to prostě neutočím musím dát těžší a točit silově. Ze skupiny hned na úvod odjíždí Honzis za ním nikdo, jsem tedy v klidu a jistím tempo skupiny zezadu. Točím na jistotu, rezerva tam je, ještě nás čeká dost kopců. Ostatní ve skupince také vypadají, že nejedou hranu, jsem rád, že jsem tady. Spokojenost mi kazí Malina, kterého vidím jak sjíždí k pangejtu s hlavou skloněnou jako před popravou, přeci jen to je člověk a tělo si řeklo, že ještě potřebuje orazit. Kolík ho ještě lanaří, ale je jasné, že tady je konečná. Škoda. Bělokozly bolely jen na přejezdu k hřbitovu, prostě kluci si řekli, že to co jsme ušetřili na silnici s více procentním sklonem se musí prostě vyčerpát na rovinách. Začíná houpavý úsek přes Choratice a další vesničky, kde tahá především Mářa (jak je ostatně jeho zvykem), určitě ho nenapodobuju a točím krátké špice a díky asi patnáctičlenné skupině si stihnu vždy v pohodě orazit. Nemáme mezi sebou žádné vyložené kukačky, ale je tady jeden borec, který mi hází pořád vlny a díky jedné z nich dostávám od skupiny vynadáno já, ale hold jsem zvolil cestu poslat vlnu dál než si nechat brnkout o přední kolo a ve 40km/h hledat zajíce po silnici. Sjezd do Mariánského údolí sjíždím pro své bezpečí na druhé figuře a těším

se na Divišov, kde se tempo opět urovná. Tempo se sice urovnalo, ale na dost vysoké hladině. Jsme hned o pár lidí štíhlejší. Následuje krásný sjezd, který je našťěstí suchý, super asfalt, ostré tempo, být tady tandem to by byl fičák! Trochu neplánovaně táhnu delší špic a nakonec jsem rád, že se stihnu zaháknout. Sjezd je našťěstí dlouhý, stihnu si odfrknout z pohody mě vyvádí až padlý strom přes silnici, našťěstí tady Kolbabovci odvedli super práci a strom se dal v pohodě podjet, jojo zabezpečení trati je tady výborné. Ve výjezdu ze Šternberka zlobí především Mářa, který rozjíždí pekelné tempo, má tam podporu takže trpím a mám první vážnou krizi, začínám přemýšlet, že je konec, našťěstí je tady Kolíkáč, který mi jen svou přítomností dodává síly, procedil jsem se až na úplný chvost a trpím. Vít'á Mužík hází do fóra, proč si děláme tak špatně a má pravdu. Všichni jedou kaši tak nikdo nereaguje. Sjíždíme dva borce, s námi uvisí jen nějaký mlad'och ze ZPM. Na větrném vrcholu kolem mě projíždí s úsměvem Mářa a ptá se mě: Jak se Ti šlape? Ihned se mi vybavuje příhoda, kterou vypráví Miroslav Donutil, ale místo smíchu jen procedím: Na hovno! A začínám mít toho kluka dost J! Nejsme ještě ani v polovině a vím, že přichází správná doba na gel. K aplikaci gelu jsem si vybral rozbitý, mokrý úsek ve sjezdu do Ratají. Celou akrobacií realizuju pro jistotu na chvostu skupiny a věřím, že mi Rataje nebudou osudné. Tento jediný kopec neznám a z reportů z minulého roku vím, že tady odpadnulo hodně lidí včetně Maliny. Jako vždy ve sjezdu chytám díru, kterou si sjíždím až na kostkách. Nevím jestli začal už účinkovat gel nebo mi pomohl Spešlík Roubaix, který je na kostky stavěný (Cancellara by mohl vyprávět), ale jelo se mi skvěle. Postupně jdu do čela skupiny a klidně bych mohl jet i rychleji. Víam, že na vrcholu bude Ježek s bidonem, kontrolu své zásoby, mám ještě půlku bidonu jsem rozhodný bidon nebrat a dojet na jeden. Za Ratajema tempo klesá, stihneme se s Vítkem Mužíkem po vzoru pana doktora z Postřižin pokochat krajinou. Projíždím první brody na silnici, balím na svého karbonového miláčka bahnitě kuličky, prostě si užívám, největší zážitek by tady měl jistě Štybar. Jde fakt o ústa, našťěstí nejedeme hranu, ale spíše na jistotu, vody mám už po krk, mijíme dva smolaře co lepší. Modlím se, Michelinky držte se, tady ne! Vydržely! Blíží se Nechyba, krásný to kopec, škoda, že není delší, svým sklonem mi sedí. Hned na začátku, ale málem končím na zemi díky kaskadérovi, který se při odbočení na hlavní skoro zastaví a těsně přede mnou otáčí kolo o devadesát stupňů! Díky tomu, že jsem zvyklý na semaforech při svých cestách do práce stát na místě, to ustojím, ale opět se ozve, VOLE co děláš! Kopec se jede v pohodě, žádný nástup, prostě jen tempo, složení dnešní skupiny mi prostě sedí. V Benátkách nám Policie předpisově pohlídala vjezd na hlavní a hurá do cíle. Slyším hlasy co by chtěli odjet, docela bych byl i pro, kdyby začalo peklo tady a ne až před Chocerady. Bohužel zůstává jen u nápadu a já na to nemám. Přijíždíme do Vlkančic, kde s Kolíkem chválíme ještě nedokončený závod, skupinu, počasí. Brdek známe z Koloděj, který patří snad mezi nejčastěji ježděné, není problém dostat se na čelo a ve sjezdu jet pěkně bezpečně a nemuset si sjíždět čelo skupiny. Na rovině před Skalicí poodjíždí Vítek Černý s někým, ale nemá to dlouhého trvání je jasné, že peklo začne až před Kostelnímy Střimělicemi. Kostky ve Skalici jsou pro některé jako nájezd na vrchařskou premií, ale jsou to jen výkřiky do tmy, tankodrom do Hradce si vybírá objet' v podobě Mářova bráchy a už jsme u cílového kopce. Najíždíme do něj hodně zostra, tempo se ještě zvyšuje příjezdem čela druhého balíku, kde se o tempo stará především Vitas s Kaprem. To je pro mě smrt, prostě na to nemám a mačkat se hned na začátku nehodlám. Shazuju na malou a jedu si své tempo, znamená to, že ztrácím Kolíkáče, ale Mářa je za mnou tak jsem spokojený. Před vesnicí mě bere, ale taky Mářa

nezbývá mi tedy než se ještě zmáčknot a jít mu do háku. Jeho tempo po chvíli polevuje, ale už jsem zahřátý na provozní teplotu a tempo držím, čímž Mářovi odjíždím. Naší skupinu již nevidím, za sebou vidím jen jednotlivce a čekat se mi nechce. Hned za Střímělicemi dávám velkou a snažím se ještě někoho dojet. Do Ondřejova vjíždím alá Andy Shleck a už se těším na cílový kopec k rozhledně. Teď nevím proč, ale v hlavě mi zůstala nesmyslná informace, že ten kopec má 2km! Začátek tedy nervu, ale točím i tak dojíždím dva lidi, už je mám na docvak, ale šetřím se na posledních pět set metrů na kostkách. Jenže v nájezdu na kostky když začínám zrychlovat vidím už cíl! Sakra to jsem prokaučoval, měl jsem to napálit hned od hlavní a měl bych je! No, nevádí Mářa dojíždí za mnou a můžu napsat: Léňa – Mářa 2:0 J. Bylo to úžasné, výborná organizace, s Kolíkem toho Krále zkusím snad jediná výtka, musím zase umývat kolo!

### **Miloš – A to bylo ráno řečí...**

Sobota 14.8. – 2,5h – 87km, závod, kopce, nastoupáno 1400 metrů Závod UAC Kolem Posázaví. Posledních pár týdnů jsem moc netrénoval, takže plán byl jet kopce na lehký převod, snažit se točit, ušetřit co nejvíce sil a dojet v první skupině co nejdále. Na startu byl i přes špatné počasí slušný balík, který měl 70 lidí. Chyběla klasická konkurence jako Novák, Šupol....., ale zase přijelo hodně příchozích a to bohatě stačilo na závodění. Start se odehrál v Choceradech pod kopcem a hned se jelo dost svižně. Už v půlce kopce byl balík hodně natažený a potrhaný. Trochu jsem zaspal na startu a vyrážel až zezadu a když jsem si ve 2/3 stoupaní dojel první skupinu, bylo tam asi jen 20 lidí a za ní už se trousili jednotlivci. Protože se jedná o druhý ročník a to na stejné trati a pro Zbyňka se stejným výsledkem a navíc celý závod +/- stejně rychle (omlouvám se, že kazím pointu), nabízí se úvaha bylo vůbec letos něco jinak než loni (tedy kromě počasí)? Zkusme si na záznamech ukázat, že bylo a to tak že dost. Hned Chocerady po startu - loni 10:18 (25,2 km/h), 340W průměrný výkon. Letos 9:52 (26,2 km/h), 410W průměrný výkon za celý kopec. Na vršku nás bylo patnáct, ale ve sjezdu do Sázavy se připojilo pár odpadlíků a do Bělokozelska nás vjíždělo zase 20. Bělokozly se jelo hned od spodu svižně v tempu. Asi ve 2/3 se vždy našel nějaký dobrák, který do toho ještě nastoupil a to zredukovalo naši skupinu na 11 lidí. Bělokozly – loni 6:14 (23,6 km/h), 400W průměrný výkon. Letos 6:38 (22,1 km/h), 385W průměrný výkon. Takže sice o trochu pomalejší, ale velmi neklidný průběh. Po kopci následovala rovina a houpáky a já čekal, že se srovnáme a pojedeme v klidu. Bohužel Jirka Ježek, Tomáš Dudek a Gonda do toho pořád nastupovali a odjížděli, takže jsme se neustále trhali a sjížděli. Tímhle stylem jsme dojeli do Šternberka. Šternberk (2,5km, 6min., průměr 400W) se jel v tempu a až na konci se trochu zrychlilo a pak samozřejmě ještě nástup na horizontu. Následoval krátký sjezd a ještě jeden kilometrový hup. Do Ratají jsme vjížděli v deseti (Ježek, Tomáš, Zahrada, Gonda, Strnad, Tremel, Šnajdr, Míl, Dlask a já). Snažil jsem se jet co nejvíce vpředu a už ve sjezdu jsem si dal malou, aby mi v kopci na kostkách nespadol při přehazování řetěz. Jel jsem lehký převod a hodně jsem točil. Trochu jsem se bál, ale není zase tak dlouhý a nastupovalo se až nahoře a jen lehce, tak jsem to přežil. Na vršku jsem koukal, že tam zůstal Dlask a Míl, takže dál už jen v osmi. Rataje - loni 3:34 (23,6 km/h), 405W průměrný výkon. Letos 3:44 (22,7 km/h), 395W průměrný výkon za celý kopec, ale opět ty tři nástupy kolem 550ti wattů tam byly letos jaksi navíc. Po Ratajích následoval sjezd do Talmberka a kopec na Nechybu (1,5km, 4min., průměr 390W). Pak už to byly jen houpáky a my naštěstí normálně střídali a nikdo neodjížděla a

nenastupoval. Takhle jsme dojeli až pod kopec v Kostelních Střímelicích ( 3,5km, 10min., průměr 330W). Na špici vlez Tomáš a jel docela klidné tempo až na vršek. Naštěstí nikdo nezkoušel odjet ani to roztrhat. Do cíle nám zbývaly 4km. Za horizontem následoval zvlněný kilák, kde zkoušel odjet Jirka Ježek, Gonda a pak i Zahrada, ale vždycky se to sjelo. Dojezd byl dost složitý přes Ondřejov, který jsme projeli v klidu, až pod poslední stoupání na konci vesnice. Cílový kopec na kostkách (0,5km, 1,5min., průměr 450W) byl za zatáčkou z hlavní silnice. Hned za ní za to vzal Tomáš, odskočil nám a následovaly čtyři nástupy. První nástup 800W. Uvisel mu jen Gonda a Treml, ale po chvíli se roztrhli. Vpředu jel Tomáš, pár vteřin díra a Treml. Gondu jsme sjeli na horizontu. Druhý nástup 600W. Pak se to lámalo do krátkého sjezdu a za zatáčkou bylo už jen 150 metrů do protikopce. V tu chvíli jsem toho měl plný zuby, ale věděl jsem, že do poslední zatáčky musím jet z prvního fleku. Zmáchnul jsem se a popojel jsem si před skupinu. Třetí nástup 550W. Hned za zatáčkou jsem za to vzal a jel jsem co to šlo. Čtvrtý nástup 700W. Naštěstí už mě nikdo nepřelezl. Takže v čem je největší rozdíl dvou velmi podobných závodů na té samé trati? V charakteru závodění zatímco loni se jelo relativně stálé tempo, letos to byl nástup za nástupem. Pokud si ve vyhodnocení nastavíme 500W a víc po dobu minimálně deseti vteřin, vyjde nám takovýchto nástupů loni 11 a letos 42! Takže v cíli Tomáš Dudek, Treml a já. Bylo to hodně o štěstí a morálce. Moc jsem na to neměl, ale vytrápil jsem se a vyplatilo se to. Pár lidem včetně Miloše štěstí nepřálo a měli defekt, což bylo opravdu škoda při takhle pěkném závodě. Počasí se nakonec umoudřilo a začalo i svítit sluníčko, takže pěkný den. A to bylo ráno řečí...

### **Strejda – Sazavak poprve**

Rano prsi, silnice jsou mokre a navíc je docela zima. Nevim, jak jste na tom vy, ale ja v tomhle nejak nemam moral se před zavodem rozjizdet. Takze jen tak, aby se nereklo cestou z Ondrejova do Chocerad si dam jednu vracecku a uz jedu na start. Po startu se mi to zda byt nejakz takz unosne tempo, porad před sebou vidim nekolik lidi vsetne Icemana a Introvice, to dneska bude brnkacka, první kopec uvisim. Omyl, pratele, najednou vznika skvirka a ta se pomalu zvětšuje, a at delam co delam, zmensit se necece. Ohlizim se zpatky, za mnou je Fousac, tak pockam na nej. Ten se hned stezuje, ze dneska je to s nim spatny, ze at s nim vubec nepocitam. Na konci stoupani dojizdi nas taky Alena a s povzdechem: „Vy mi ale dneska davate!“ se pripojuje. Tak tahnu tu skupinku a nejak se nesetrim. Ve chvíli, když uz to citim, ze bych mel jit dozadu a vydechnout, někdo ctvrty z naší skupinky vyjizdi dopredu a nastupuje. Pokud před tim jedes nadoraz, takove nastupu se zachycuje spatne. A tak vidim před sebou skupinu a zase skviru, co se zase zvětšuje. Sakra, to je den. Sjezdar jsem hodne spatny, silnice jsou mokre, do zatáček se bojim. Kaslu na to, snad je dozenu v dalším stoupani na Belokozly. Fousac se ale odpojuje a ceká na mne. To je ale kamarad! Anebo jen nemuze? Porad na mne tlaci, at jedu, at ho tady necham v klidu umrit. Tak zacnam mu sprostě nadavat, ty jses ale sobec, budes tu v klidu zavodit, zrovna když ja se budu trapit celou trat o samote?! Nene, do Hradce dojedeme spolu a pak si to rozdame. Do sjezdu ku Stenberku to ještě nejaký takový nervozny, ale pak Fousac konečne chyta tempo a zacina i stridat. Před sebou spatrujeme osamelou postavu. Před Rataji ho mame, je to Vasek Hrachovina. Je stastny, ze dal uz to nepojede sam. A porad se pta, kolik ještě zbyva do cíle. Coze!? Ještě 25 kilometru?! A není tu nejaka zkratka? Tedka uz s Fousacem stridame téměř pravidelne, po Vaskovi to nevyžadujeme, nevypada vubec dobre. Kilometry ubyvaji, ale sily ubyvaji dneska nejak

rychlejš. V Hradci, přesně podle dohody Fousac nastupuje. Nu... Třeba to není ani nastup, třeba to jen to, že on ještě dokáže trosku jet, kdyžto my s Vaskem už jen plazíme. Porad se bazilivě otaci, kouka, zda ho nesjždíme. Kdepak, kamarade, dneska to máš v kapse, vim, že musíš mne zplatit ty Jedomelice :). Pak už v aute, cestou domu ještě aspoň půlhodiny nedokáže chytit dech. Ten si dal! Má prostě závodnickou duši.

## **ČASOVKA DO VRCHU ŘEVNICE**

### **Léňa – Zase jsem to přepálil**

Po Šumavě jen jednou na kole, prostě 14 dní bez kola, plný protinachlazovacích sirupů, tobolek, ideální příprava na časovku. S Lacem a Quitem jsme domluvení na pořadí na startovním roštu a to v pořadí Quit, Laco a já. Cíl je jasný, sjet někde kolem třetího kilometru Laca a ke konci Quita, prostě ideální magneti pro dosažení co nejlepšího času což u mě znamená překonat turistický čas 15:02. Na startu si stále opakuju, nepřepálit, nepřepálit jen točit. Odstartuju dle tohoto hesla, po vyjetí z první zatáčky kontroluju rychlost, vidím 32 km/h a moc to nebolí, nechávám tedy převod a peláším za Lacem. Laca k mému překvapení vidím už u výjezdni cedule z Řevnic, sakra asi jsem přepálil... Radši zvolňuju, zaráží mě nízká frekvence otáček, kolem 85, ale kašlu na otáčky jedu závod tak pěkně naplno. Laca předjíždím před první serpentinou do lesa asi na druhém kilometru. Kopec nepolevuje, frekvence však ano a začínám se trápit. Na třetím kilometru už vidím Quita, rád bych zrychlil, ale prostě to nejde, jsem rád že mi rychlost osciluje mezi 20 až 22 km/h. Quita vlastně sjždím jen ve výjezdech ze zatáček, kde si prostě vždy přišlápnu. Od mety 2 km do cíle už jsem naprosto našrot, ikdyž mám Quita na dostřel nejsem prostě schopný jej dojet, řadit na lehčí se mi nechce, mám obavy, že mi Quit ujede tak se šťavím a nejedu, přitom ten chlapec si to tak krásně kmitá. Poslední kilometr stále ne a ne přijít, dokonce se mi i Quit začíná přibližovat a na větrném vršku jedu raději více vlevo abych nejel v háku, což se moc nelíbí příjíždějícím motorkářům, kteří svou nelibost mé jízdy dávají najevo tím, že do mě najíždí a jeden přede mnou dokonce úplně zastaví s cílem mě srazit, naštěstí to ustávám a motorkář mizí. Nejsem schopný jakkoli akcelarovat, nakonec jsem rád, že se vůbec rozjedu a jen sleduju Quita jak mi mizí. Do cíle se už jen doplazím pádovou rychlostí. Jsem na sebe pěkně naštvanej, že jsem to přepálil a nevyužil výborného postavení na roštu, zklamání nabývá vrcholu při zjištění mého času, který je na vlas stejný jako můj rekord. Opět jsem to přepálil! Kokot.

### **Miloš - Řevničák**

Časovka do vrchu 5,5 km, čas 13:13,40, průměrná rychlost 24,8 km/h, průměrné převýšení 5%, nastoupáno 275 metrů, průměrná kadence 83 ot./min., 127 startujících. Stejně jako posledně jsme s Milošem do poslední chvíle řešili převod. Zvolili jsme malou na celý kopec. Plán byl jet první kilometr klidně, pak co to půjde a když zbudou nějaké síly, tak zkusit na konci pár nástupů. První kilák jsem rozjet přes kadenci a točil jsem malou lehce přes 90 ot./min.. Snažil jsem se jet, ale zase se nezahltit a nepřepálit to. Za první zatáčkou jsem se srovnal v sedle a rozjel to, co jsem mohl. Jel jsem kolem 85 ot./min. Tepově to bylo asi pět tepů pod maximálkou. V tomhle tempu jsem jel v podstatě čtyři kilometry. Pak jsem začal ztrácet,

protože se začal měnit sklon kopce a já nebyl schopný v téhle intenzitě plynule reagovat změnou kadence. Pomalu mi docházelo a začínal jsem padat pod 80 ot./min. a nešlo mi to pořádně rozjet ani ze sedla. Poslední kilometr to už bylo jen trápení. Na velké nástupy už jsem neměl sílu, takže jsem si jen občas stoupl a snažil se to trošku rozjet. Když se to na poslední pětistovce trochu srovnalo, nechal jsem tam malou a jen si dal o zub těžší. V cíli jsem toho měl až nad hlavu a musel jsem si sednout do škarpy. Vyhrál Petr Novák za 12:55,40 druhý Miller za 13:00,20 třetí Zahrada za 13:05,00 já čtvrtý 13:13,40. Tak určitě to nebylo tak divoké jako Zbyňkova premiéra na tomto kopci v roce 2008, ale pořád je vidět, že ať se snažíme co to jde, stejně něco jako pravidelné tempo je pro Zbyňka oříšek. Na grafu je vidět oscilace výkonu (žlutá křivka) kolem průměru 368W a kadence (zelená). Je dobré vzít do hry i šedou křivku (kroutivý moment / síla na pedál) a v tu chvíli už můžeme být „super chytrý“ a vidíme jak do „prudké levé“ na čase 2:30 a „prudké pravé“ na cca 5té minutě, šel Zbyněk téměř identickým nástupem, ale s tím rozdílem, že po páté minutě to už zpět kadenčně nerozjel a následující 4 minuty jel sice stabilní tempo, ale už s kadencí 79 v průměru a doháněl to větší silou a to ho jednak stálo tak deset vteřin v celkovém čase a navíc mu to vydrželo jen do té necelé desáté minuty. Po zbytek je hezky (teda hezky ono na tom v tu chvíli minimálně pro závodníka není nic hezkého) vidět, jak se snaží hledat nejjednodušší cestu jak rychle dojet – chvíli vysoká kadence a nízký kroutivý moment, pak obráceně ve stoje, ale výsledkem už je pokles výkonu a tím pádem i rychlosti a ztráta dalších cenných 10ti vteřin. Samozřejmě výkon je to kosmický, čas neuvěřitelný, ale je krásně vidět jaké detaily rozhodují v takovémhle kopci o vítězství.

### **Radim – Časovka Řevnice (UAC), 5,5 km, komentář**

V sobotu 11.9.2010 byla na pořadu dne silničářská časovka do vrchu ze seriálu UAC na legendární 5,5km Řevničák, u čehož samozřejmě nemohli chybět ani naši Sokolové. Na startu jsme se sešli ve složení Přemek, já a naše nová akvizice Michal Vlasák a v rámci bojovného ducha jsme se zaprezentovali hezky za sebou, což skýtalo velkou šanci, že se pak v průběhu časovky na kopci někde potkáme a vzájemným předjížděním jeden druhému psychicky pomůžeme. A jak to tedy vlastně probíhalo? Startoval jsem ve 13:46:30, půl minuty přede mnou odstartoval Michal a naopak půl minuty za mnou Přemek. Protože už v týdnu mě začala nějak zlobit záda, necítil jsem na startu vůbec dobře a v prvních metrech po startu svaly ve stehnech bolely tak, jako kdybych měl už celou časovku za sebou a ne před sebou. Pak se to ale celkem ustálilo a Michal zafungoval jako dobrý a navíc i přibližující se magnet, takže adrenalin začal vítězit nad bolestí a prostě jsem začal cítit, že to jede. Po úvodní pasáži na 39-17 jsem za první zatáčkou dal 39-19 a posléze docvakl Michala, který jel moc pěkně frekvenčně, ale řekl bych o něco lehčí převod, takže rychlost trochu chyběla. Po předjetí jsem bez řazení pokračoval dále a říkal si, kde je Přemek, protože loni mě při minutových startovních intervalech v těchto místech předjížděl a letos při intervalech pouze půlminutových by tomu rozhodně nemělo být později. Nicméně Přemek se okolo mne provalil až za druhou serpentinou, což mne překvapilo, protože to znamenalo, že buď on jede pomaleji, než loni, nebo naopak já jedu lépe (pravda byla nakonec někde uprostřed). Za druhou serpentinou se silnice trochu narovná a Přemek se zase tak výrazně nevzdaloval, takže jsem to zkusil shodit zpátky na 39-17 a snažil se udržet mezeru na stejné úrovni. Zpočátku to vypadalo, že by to mohlo jít, ale pak se ukazuje, že se mezera nadále zvětšuje a Přemek pomalu mizí z



dohledu. Dojždím však postupně jiné jezdce a takřka stále mám někoho na dohled, což je z pohledu držení potřebného tempa velmi pozitivní. Na výjezdu z lesa dojždím dvojici jezdců s čísly 323-Pacovský (PIJAS) a 351-Meri, nabírám trochu rychlost, takže na posledním horizontu mohu jít na 39-15 a těsně před páskou skáču ještě jednoho jezdce a už je tu cíl. Právě včas, protože mám už docela dost a poslední metry už byly na výrazný kyslíkový dluh, nicméně nohy ale kupodivu za celý kopec nebolely více, než na startu. Stopky se zastavily na pro mě skvělých 14:57min. a já o něco později a kousek dál za cílem dopadám k Přemkovi do trávy u krajnice. Po vydýchání pak s překvapením počítám, že dosažený čas znamená oproti loňsku zlepšení o takřka 40s, což vzhledem k aktuálním problémům je až téměř neuvěřitelné, zvláště, když (jak se později ukázalo) většina jezdců zajížděla dnes ve srovnání s loňskem horší časy. V celkovém pořadí jsem se vyhoupl na pěkné 38. místo z celkem 127. (v kategorii AB 23. ze 43.) a opravdu nemohu být nespokojen. Přemek zajel o něco pomaleji, než loni, ale i tak obsadil nádherné 9. místo (8. v AB), Michal při své časovkářsko-vrchařské premiéře pokořil těsně alespoň základní čas 17:30min a skončil na 94. místě. Pro úplnost dodávám, že zvítězil matador Petr Novák z Viessmann Teamu za 12:55min., ale i pro něj tento čas znamenal oproti loňsku zhoršení. Škoda, že nemohl dorazit Laďa, jeho avizovaný tréninkový čas na Řevničáku v průběhu předcházejícího týdne naznačoval, že by se dnes rozhodně neztratil...

## STODŮLKY-KARLŠTEJN-STODŮLKY

### Miloš - Stodůlky

Silnice 60km, čas 1:35:30,00, průměrná rychlost 37,2 km/h, nastoupáno 840 metrů, 190 startujících. Na startu hodně velký balík různé výkonnosti, takže si určitě každý našel svoji skupinu. Přijela nadstandardní konkurence, proto jsem čekal, že se pojedou hned od lajny dost svižně. Prvních pár kilometrů přes město se jelo za doprovodným autem a pak byl ostrý start. Rozjelo se tempo, ale nic co by se nedalo vydržet. Trochu jsme se natáhli a první selekce proběhla v Chýnici na vrchařské prémii, ale pořad to byl ohromný balík. Občas někdo zkusil odskočit, ale vždycky se to hned sjelo a jelo se tempo. Další selekce proběhla na druhé vrchařské prémii na 30km. Kopec měl 3,5km a kolem 5%. Jeli jsme ho lehce přes sedm minut. Na prémii jsme byli potrhaný, ale díry nebyly tak velké a v předu neměl nikdo zájem jet, takže jsme se sjeli a bylo nás asi třicet. Následoval sjez a rovinka na obrátku. Po ní byla třetí vrchařská premie. Kopec měl 2,6km s průměrným sklonem 6% a jel se sedm minut. Dole vlezl na špic Petr Novák a rozjel tempo. První polovina byla docela rychlá, ale v druhé trochu zpomalil, takže nás bylo na horizontu pořad 25. Během chvíle jsme se srovnali a jeli tempo. Jak jsme se začali blížit k cíli, tak se začalo pomalu nastupovat a odjíždět, ale nikdy to nevydrželo. Nejslibněji to vypadalo u Petra Nováka a Davida Jeřábka. Na kousek nám odskočili, ale během několika málo kilometrů jsme je měli. Poslední kilometry se jelo svižné tempo, ale žádný šrot. V posledním sjezdu se už všichni snažili dostat dopředu. Jel jsem kolem pátého místa, ale jak se to hodně mlelo, byl jsem najednou zavřený v druhé lajně a nemohl jsem se dostat ven. Dojezd byl na 8% kopci po 300 metrech za zatáčkou. Naštěstí jsme se v poslední zatáčce pod cílovým kopcem roztáhli a já se dostal do první řady. Čekal

jsem, že hned za zatáčkou někdo nastoupí a já se kousek vyvezu, ale nikdo to nezkusil. Tak jsem za to lehce vzal, aby se to rozjelo. Když mě převezli asi čtyři lidi, tak jsem nastoupil pořádně. Měl jsem tam velkou sedmáct a jel jsem kolem třiceti a kadencí kolem devadesáti, ale jak jsem postupně tuhnul, tak jsem šel kadencí níž a níž. Jel jsem na úrovni třetího Svobodáka a na stovce už jsem to hodně lámal a kadencí jsem spadl na 65ot./min., ale už jsem si nemohl odložit, protože bych to nestihl rozjet a přehazování v tahu by mě zdrželo. Takže jsem to lámal dál. Naštěstí jsem to vydržel a o kousek jsem ho předjel. Na druhého Vitase mi chybělo půl předního kola. První Jelínek mi dal dvě vteřiny. Zkusme si Zbyňkův pohled na věc doplnit srovnáním, na které se nás často ptáte a které je zdrojem častých vášnivých diskusí. Jaký je rozdíl ve výkonu mezi čelem a druhou polovinou výsledkové listiny? Překvapivě na první pohled ne moc velký – 24W. 24W rozdílu v průměrném výkonu přeci nemůže udělat skoro 1 hodiny rozdílu v šedesáti kilometrovém závodě, dyť si to spočítám a rozdíl v průměrné rychlosti je 1,2 km/h a v realitě vychází 9 km/h? Právě že může a sebelepší výpočty nám tady nepomohou. Průměrný výkon je v takovémhle závodě téměř nic neříkající veličina. Dobře když ne průměrný, zkusme Normalizovaný výkon, tady už přihořívá – rozdíl mezi 332W a 263w už je slušných 69W. To jasně dokumentuje, že „na špici to mnohem víc cuká“. Takže když porovnáme počet nástupů (nástup za tímto účelem je 450W po dobu minimálně 10 sekund) napočítáme jich na špici 36 a v hloubi pole 12, to je náhodou přesně třetina a jsme u toho. Žádný průměrný výkon, v podstatě ani ne wattů na prahu (i když tady je třeba říci, že slušný základ je nezbytným předpokladem), ale schopnost opakovaně nastupovat a dosahovat krátkodobých výkonových špiček, je to co „zajistí účast v prvním balíku“. Křivky porovnávací maximální dosažené výkony během závodu to jasně ukazují. Zatímco rozdíl úplně vpravo je oněch 24W. Tak jak jdeme po ose x zpět doleva na kratší časové úseky, rozdíly se začínají zvětšovat. Jen tak namátkou, na 5 minutách je rozdíl 100W a na 2min 140W. Ano 100W v kopci to už je jiná liga nebo z jiného pohledu na to samé číslo zatímco špička jede 420W pět minut, v hloubi pole se na ten samý výkon dostaneme také – po dobu jedné minuty... Ještě větší rozdíly jsou potom v krátkodobých výkonech – na 20 sekundách to je 200W a na deseti sekundách obdobných 176W a jak jsme si řekli před chvílí při porovnání množství nástupů, není to jen o výši, ale i o množství opakování. Toliko stručné srovnání jednoho rozdílu, který jde přesně popsat čísly. A závěr, to je právě na dlouhé povídání, které se nazývá „metodika tréninku“, takže jen krátce – samotné zvýšení průměrné rychlosti v tréninku o 2 i 3 km/h může být u někoho důležité, ale ještě z nás špičkového cyklistu neudělá. Mnohem důležitější je správně trénovat celé spektrum kritických výkonů, chcete-li energetických systémů, tak abychom postupem času přiblížili rozdíly se špičkou v pomyslných výkonových křivkách v celém jejich rozsahu.

### **Radim – Stodůlky-Karlštejn-Stodůlky**

V neděli 12.9. jsem se ráno probudil a s nelibostí zjistil, že můj problém se zády se nijak zvlášť nelepší a že se cítím zhruba stejně jako večer, čili svaly na nohou zatuhlé, sepnuté celou noc, dvěma slovy nic moc. Protože ale den předtím při časovce na Řevničáku jsem si ověřil, že síla v nohou i přes nepříjemné pocity stále nějaká je, a protože i přes ranní chlad byla předpověď na den přímo vynikající, rozhodl jsem se ještě trochu podráždit osud a zavítat na již 28. ročník tradičního silničního závodu Stodůlky-Karlštejn-Stodůlky. Na startu se sešla skvělá konkurence, nechyběli zde jezdcí z nejlepších jako Zahrádka, Vitáček, Kudrna,

Svoboda, Novák, jezdci EXE JEANS Chomutov a konec konců ani náš hlavní sokol Přemek. Závod sám má velkou tradici a každoročně se jej zúčastňuje i řada jezdců, kteří jinak na závody moc nejezdí, navíc oproti zaběhlé praxi v seriálu UAC zde startuje starý i mladý balík dohromady, takže startovní pole čítalo neskutečných 191 hlav, což je dokonce o něco více než třeba na Tour de France! Startuje se naštěstí za zaváděcím vozidlem a úvodní kilometry jsou proto celkem poklidné, za což vděčí pořadatelům velký dík za jejich prozíravost. Jinak pohled na ohromný balík jezdců roztažených přes celou polovinu Jeremiášovy ulice musí být skutečně úchvatný a i taková Markéta Navrátilová by si tady přišla na své, škoda, že o této akci asi neví. Po sjezdu do Řeporyjí je pak pod železničním mostem odstartováno naostro, jsem tak zhruba někde ve druhé třetině balíku, takže když čelo přiloží pod kotel, je hned veselo. Je to tady pro mě vždy taková osobní časovka do kopce, ale letos mi kopce opravdu docela jdou, a tak i když se to obrovské pole jezdců hned v prvním kopci pěkně drobí, jsem na horizontu sice na chvostu, ale přece jen stále v prvním balíku. Bohužel ale na konci balíku toho nemohu moc ovlivnit, a tak když se za odbočkou na Ořech nad Zadní Kopaninou začne první balík dále dělit, nemám nárok a zůstávám v oddělené zadní frakci. Jenže život je boj, a tak ve spolupráci zejména s Milanem Novým (293) z Viesmann Teamu se nám společným úsilím daří umazat díru a kousek za Ořechem dotáhnout skupinu zpět, takže do Chýnce už vjíždíme zase jako jeden velký balík. Netrvá to však dlouho, neboť další ostřejší stoupání v Chýnci provede další a pro mě už trvalou selekci. Balík se zde postupně trhá a já zůstávám v té zadní části, nicméně díky několika dobrým lokomotivám na čele (ke střídání se nedostanu, takže ani přesně nevím, kdo tam přesně jel, ale každopádně díky!) se nám ve sjezdu do Karlíku daří dojet skupinu před námi, a to už je velice dobrá společnost. Z mně známých tváří jsou tu např. M. Beránek (106-VARTA-TJ SOKOL Králův Dvůr), V. Šebek (152-CS Stodůlky), M. Holý (26-CSK Markus), T. Vobecký (20-CK Vinohradské šlapky), E. Pinkava (60-Pinarello-Sportful Team) a D. Marek (54-Agro Kolín) z mladšího balíku a I. Kubín (211-CSK Markus), K. Šejna (218-CKKV Praha), P. Dix (230-Alltraining.cz) a R. Turner (226-CKKV Praha) z balíku staršího. Za křižovatkou v Dobřichovicích chytám asi 10m díru a na rovině do Letů pak málem umírám, abych to sjel, a v duchu si nadávám, že jsem si to nechal ujet. Jakmile se ale najede do stoupání, dotahuji se najednou úplně lehce a přitom mám pocit, že nohy ani nejdou na takový výkon, jako předtím na rovině. Zvláštní, jak mi ty roviny nejdou a kopce naopak ano. Ještě před odbočkou k Mořince se tedy pevně zapracovávám do skupiny a i když tentokrát neudávám mimochodem velmi slušné tempo, nemám problém se udržet, což se o některých dalších rozhodně říct nedá a třeba krátký pohled do tváře ztrácejícího Edy Pinkavy hovoří za vše. Na horizontu nad Mořinou jsem tedy bez potíží v první části skupiny, ale protože po odbočce na Hlásnou Třebáň se nijak zvlášť ostré tempo už nejede, dotahuje se postupně i většina ostatních. Sjezd do Hlásné probíhá celkem v klidu, jedu na jistotu a ztrácím několik pozic, nicméně na následující rovině do Karlštejna nemusím nic zběsile dohánět. Někde za Hlásnou se míjíme s prvním balíkem, naše ztráta může být odhadem tak zhruba tři čtyři minuty. Následuje otočka v Karlštejně a tady je zajímavé sledovat, kolik jezdců z naší původní skupiny už zůstalo zpět (např. Šnajdr, Brandejs, Cafourek a překvapivě i Kuře, který, ač jindy jezdí čelo, se tak nějak znenadání objevil mezi námi ve stoupání na Mořinu). V kopci z Hlásné na Mořinu nejprve dojíždíme Rudu Kadlece (23-KPO) a začíná se jet tempo (ten Míra Beránek na čele se snad zbláznil, říkám si v duchu), opět se to trhá a dost jezdců zůstává trochu pozadu. Držím se sice v první části skupiny, ale

tempo rozhodně neurčuji a už to pěkně bolí: Po horizontu se ale nijak zvlášť nejede, takže do Mořiny to většina odpadlíků zase sjede. Oproti tomu až neskutečně rychle se na mě jede krátký horizont nad lomem za Mořinou a najednou mám co dělat, abych nezůstal za skupinou (naštěstí ani nevím, kdo měl tenhle nástup na svědomí a dotyčný může být jedině rád, protože nějaké neslušné slovo na jeho adresu jsem tady skrze zuby rozhodně ucedil). Z pocitu jakés takés relativní jistoty tak náhle nečekaně bojuji zoufale o přežití, ale naštěstí horizont je tady krátký, takže to dávám a v dalším větším stoupání na horizont nad Kuchař už jsem relativně v pohodě. Dál zpět směrem k cíli se jede chvílemi slušné tempo, v kopci z Chýnice se naštěstí spíše regeneruje a pořádný kotel se jede až ze Zmrzlíku na poslední horizont. Tady je to už docela tvrdé a chytám dokonce asi 5m díru, což je na větru velice zrádné. Na horizontu jsem však zpět ve skupině, nicméně o pár jezdců jsme tady určitě prořídli. Následuje sjezd do Řeporyjí a hned za viaduktem zkouší zase někdo nastoupit! Teď už jen vlaju na konci a modlím se, abychom už byli v cíli. Ještě před poslední křižovatkou, než se začne točit do cílového kopce, už nestačím a vystupuji si. Za křižovatkou (asi 400m před cílem) trochu nepochopitelně vybočuje na chodník a zastavuje Ruda Kadlec, ale teď stejně není čas řešit, kdo je kdo a co se vlastně stalo. Doluji ze sebe poslední síly a spíš držím takové časovkářské tempo, přesto se ale dost jezdců, co předtím vyrazili do spurtu a teď vytuhli, začíná zase přibližovat. Postupně tak dotahují a předjíždím Vobeckého a Dixe, Turnera a ještě další dva jezdce a těsně před páskou i Marka Holého. Igora Kubína nedávám asi o délku předního kola, škoda, nakonec kdyby byl cíl o něco dále, možná bych vytěžil ještě pár míst k dobru. Ale i tak nemohu být nespokojen, dopravil jsem se do cíle ve svém nejlepším čase 1:33:00h (ztráta na prvního 6:25min.), což na cca 60km dělá průměr přes 38km/h. V celkovém pořadí mi nakonec připadla 67. pozice z celkem 191 účastníků, v kategorii AB pak 28. místo z 56., což zhruba odpovídá loňsku, ale letos tu byla řekl bych větší konkurence. Počasí bylo parádní, výkony hodnotné, záda také vydržela, takže nezbyvá, než si přát, ať je tomu za rok také tak! Jinak náš hlavní sokol zajel opět skvěle, bez problémů udržel první balík a v nabitě konkurenci vyspurtoval krásné 11. místo absolutně a 8. v kategorii AB. No jak ten to dělá?!

## **KLIKOVY VRCHY**

### **Honzis – Klikáče po nemoci**

Po týdním kurýrování jsem se odhodlal v sobotu závodit a nakonec jsem z široké nabídky „kde si udělat ostudu“ zvolil Klikáče. Ze Zličína jsem jel po ose, bylo frišno, fučelo proti a vůbec to nejelo. 20km a jsem správně ve Velké Dobré, bez bloudění. Presentace, u Míry si dofouknu pláště, odložím igelitku a hurá vyhřívát se na slunci. Po startu volím zašívací taktiku, neb si jsem vědom stavu svého a síly větru dujícího od západu. Těší mě, že příchozí Kolokráms se taky spokojil s průměrem nějakých 35 a jede se docela plynule. V balíku to ani moc nebolí, akorát bych nechtěl vyflusávat zelený hleny ... Ve sjezdu se propadám kamsi dozadu, ale Myší díru dávám na 53/21 a jsem v cca 30členné vedoucí skupině. No vida, třeba to nebude tak marný. Na horizontu se rozjíždí pěkný tempo, řadíme se do lajny a fakt se valí. Plápolám kdesi vzadu, letíme přes 40km/h, ale pak přijde zasloužený oraz. Ohlédnu se dozadu a lituju Léňu a spol., co jedou šrot, aby to sjeli zpátky. Jelikož se v kopci de fakto parkuje, tak

se jim to v ostré levé podařilo. Následuje plynulé zrychlování před sjezdem, kdy se zase mete přes 40km/h. Visím vzadu, naposled ojúknu favority a jen doufám, že se mnou někdo odpadne. Sjezd je dle předpokladů u mě marnej, cedím se na chvost, navíc mi děsně píská zadní brzda, takže dole už mám pěkněj zásek na čelo. Dole v zatáčce stojí pro zpestření Tatrovka, ale dopadá to dobře. Za kolejem ještě makám na 39/14,15 čímž se dotáhnu zpět do top 30, ale jen na pár vteřin, stejně vycouvám. Vepředu se nejede nijak brutál, ale já ve stavu prošítem jsem rád, že se nahoře srovnáme ve čtyřech a jedem. Je tu Jirka Humplík, což považuji za svůj úspěch v tomto kopci. Zbytečně jsem rval 39/19, ale nějak nebyla na točení nálada. Sotva vlaju na větru ke druhému sjezdu do Zbečna. Jsem předposlední, dole navíc naletím na hrbol asi šedesát a mám co dělat, abych to ukočiroval do zatáčky na most. Pak si ještě musím docvaknout skupinku, která se rozrostla o Masáka z KPO. Na svém poněkud historickém kole je nejlepší z nás v kopcích! Schody na Leontýn jsou nekonečné, napřed drtím 39/19 i při 15km/h, ale pak na to dlabu a rozumně tam dám i 21ku. Nahoře se nemůžu rozjet, už to vypadá že odpadnu, ale zmáčknu se. Uf, další sjezd a pak Sýkořice. Vítr teď pomůže, proto se jede relativně snadno. Navíc ze skupiny nikdo neodjíždí, takže stačí jet nějakých 16km/h v prudké pasáži a nahoře trošku přišlápnout. Je třeba dodat, že toho mám tak akorát a když za to vezme Hovorka z Markusu, tak trpím. Následuje houpavý úsek, vítr občas z boku, většinou do zad. Docela se jede, kor když je na špici nějaká lokomotiva, to pak vynechávám střídání. Pár jedinců hodlá grupu roztrhat, ale dycky se nějak kousneme, že tam jsme furt všichni. No ne jednou jsem se už viděl osamocen ... Vyhlížím cíl, odpočítávám km, bojuji, jenže tělo nezvládá. Nemám sílu, teď proti ostatním spíš točím já! Konečně hlavní, Doksy, následuje brdek a já už jsem odpojen z 10ti členné skupiny. Pak se ještě zmátořím a ze sedla to docvaknu. Sjezd a táhlý kopec do Velké Dobré jedu na ocase, nemám vůbec energii na dojezd, přesto se mi podařilo u hřbitova ještě dva lidi přelézt, čímž jsem si vysloužil 32.místo z 63lidí I. balíku. Průměr 35km/h je dost slušný, na víc jsem fakt neměl. Po Kofole a kecání s Mirkem jedu na Zličín. Fičí do zad, takže to letí a po 39minutách už kupuju lístek do metra. Vylézám na Čerňáku a pak ještě 37placatých km domů. Fičí do zad, což je dobře. Jsem pěkně vyšitej. Týdenní boj s nemocí mě pěkně zmohl.

### **Léňa – Restart na Klikáčích**

Tento rok jsem na Klikovy vrchy přijel s jediným cílem a to, restartovat svůj v poslední době hodně zatěžovaný mozek. Neznám lépsi léčbu než se pořádně zmrtvit na UACu. Pro klidný průběh restartu jsem ještě potřeboval vidět co nejdéle oranžové dresy, což jsem podpořil na webu avšak neúspěšně, musela stačit milá společnost cestou na závod a předstartovní atmosféra (stačila ). Jednalo se o softwarovou operaci nepamatuji se tedy vše z tratě, ale nějaké nuly a jedničky ještě ze svého záložního systému vyhrabu. Na startu se sešla konkurence, která byla zárukou, že tempo bude odpovídat tvrdému restartu přímo na kastly hardwaru. Od startu jsem se jen proséval a připravoval všechna data na cestu do koše. První disk se podařilo vymazat při vjezdu do Myší díry, kde sundat velkou znamenalo přerušení ztráty dat a to jsem neměl v úmyslu. Držím se vítěze Krále, Kuby Svobody, který jede vyloženě zahříváčku a na další zrychlení reaguje, jen zvednutím ze sedla a mým odpojením do hvozdů Myší díry. Na vrchol zbývá už jen pár desítek metrů a již mám první disk vymazán a situace, ztráta sto metrů na čelo, mi nahrává, že se chystá mazání druhého disku. Když začínám váhat, zda-li si nějaká data, šťastně chvilky, radši neponechat, přerítí se kolem mě

dva borci, kteří mají v úmyslu se do toho blázince vrátit a je jasné, že data nezůstanou žádná. Nevnímám, hákuju, mažu, na konci Nového domu se opět můžu svézt vedle Honzise a Kuby Svobody. Již mám oba disky vymazány, těším se na Bumbálku kde začnu nahrávat nová data do nového života. Jako vždy v Městečku ztrácím a nerad bych začal nahrávat něco nepěkného, vystupuju si už na začátku a nahrávám krásnou okolní alej, kvalitní asfalt, ujíždějící balík, díru za mnou, křupající kliky, vysokou frekvenci kašpárkového převodu, prostě samé kvalitní nuly a jedničky. Při výjezdu na hlavní za sebou přeci jen vidím živé duše z kterých se vyloupne legendární Míra Zbuzek a další tři kolisti. Míru bohužel ztrácíme ve sjezdu do Roztok, ale jako náhradu nabíráme mašinku z Nutrendu, která se nám cestou do cíle stará o tempo nejvíce. S novým softwarem v hlavě se kluků držím, dokonce jednoho kolegu, který vždy když mě vystřídá na špici mi začne nahrávat spam, poprosím o klídek a k mému překvapení souhlasí, první disk se začíná příjemně plnit novými soubory s pozitivní tematikou. Celkově vzato jsem si to s klukama až do cíle krásně užil a po dvou hodinách a patnácti minutách, můžu prohlásit, že restart vyšel dokonale.

### **Miloš – Klikovy vrchy - Enduraining**

75km, 2:03:10,00, nastoupáno 1160 metrů, průměrná rychlost 36km/h, 65 startujících v prvním balíku. Sešla se kvalitní konkurence i přesto, že se blíží konec sezóny. Od startu se jelo klidné tempo a ani moc pokusů o odjíždění nebylo. Rozjel jsem se až na 20km, kde jsme v krátkém kopci odskočili v pěti lidech. Nebral jsem to moc vážně, protože to bylo brzy a balík měl chuť jet. Během pár kilometrů nás taky dojeli. Bylo to kousek před sjezdem do Městečka, což byl první ze tří velkých kopců. Ty tři velké kopce se jeli mezi 35km (50 minuta) až 60km (100 minuta). Ve sjezdu se to trochu strkalo a každý se snažil být vpředu. Po sjezdu byla ostrá pravá, pak koleje a hned kopec, takže být vpředu byla velká výhoda. Kopec měl 3km, 8min., průměrný sklon 5,7%. Jelo se tempo tak na hraně, ani šrot, ani pomalu. Na vršku kopce nás bylo kolem 25. Na horizontu se jelo dál tempo a následoval sjezd do Roztok, kde začal druhý kopec. Měl 3,7km, 10min., průměrný sklon 6,7%. Od spodu jel špic Petr Novák a jelo se svižné tempo, od půlky jsem si už docela dával, ale ještě to šlo. Asi ve 2/3 stoupání do tempa nastoupil Zahrada a skupina se dost natáhla a někteří začali odpadat. Chvilíčku se jelo tempo a Zahrada nastoupil znovu a ještě to asi dvakrát zopakoval. To už jsem jel šrot. Na horizontu nás bylo šest. Bohužel mezi nás najelo auto a natažená skupina neměla takovou díru, takže nás během chvilíčky dojeli a za další chvíli jsme se sjeli do 16 lidí. Následoval sjezd pod Sýkořice, kde byl třetí a poslední velký kopec. Měl 3km, 8min., průměrné stoupání 5,5%. Skoro celý kopec se jelo tempo bez větších nástupů, takže nás bylo na horizontu pořád asi 16. Jelínek, Koubík, Zahradka, Kříž, Želina, Kuchař, Novák, Krummer, Šnajdr, Janoušek, Netík, Jelínek, Miller, Říha, Jeřábek a já. V téhle skupině, jsme jeli tempo a do toho občas někdo zkusil odjet, ale nikdy to netrvalo dlouho, protože jsme byli vyrovnaní a všichni střídali. Od posledního kopce byli jen houpáky a žádný velký kopec, takže se dalo čekat, že to dopadne hromadným spurtem. Dojezd byl po hlavní silnici ve Velké Dobré, pak široká zatáčka a za ní kopec 3,5%, který se kousek před cílem srovnal. Jeli jsme ve skupině a všichni se snažili dostat dopředu a tak byla trochu strkanice. Najel jsem si do první řady a čekal jsem, že někde za zatáčkou na 300 metrech někdo nastoupí. Trochu mě překvapilo, že už před zatáčkou (více jak 400m) nastoupil Jelínek hned za ním Petr Zahradka a Petr Novák, kteří jeli vpředu. Tam jsem udělal hroznou chybu. Zdálo se mi to brzy, tak jsem

si nastoupil, ale jen napůl a naplno jsem za to vzal až za zatáčkou. To mě stálo pár metrů. Začal jsem si postupně přikládat a dojíždět Petra Nováka, který jel kousek za Zahradou a ten zase za Jelínkem. Pomalu jsem začínal přelézat Petra Nováka, ale on jel pořád stejně a netuhnul. Nezpomalil ani Jelínek ani Zahrada. Takže na pásce jsem na Nováka měl ztrátu asi 20cm, ale neskočil jsem ho. Spurt 450 metrů, 35 vteřin, max. 50km/h, max. 1050W na převod na pásce až 53x12 a kadencí mezi 90 – 100 ot./min., což není úplně špatné, ale jak je vidět na bednu v UAC to nestačí. Vyhrál Jelínek, druhý Zahrada, třetí Novák, já čtvrtý. Zbyněk si ten spurt okomentoval sám, tak přidáme obrázek a možná i porovnání se stejným závodem a stejným spurtem v roce 2008. Čas spurtu byl v obou závodech na vteřinu stejný, jen letos se začalo o 40m dříve, jelo se tím pádem o 4 km/h rychleji i když nejvyšší rychlost byla téměř stejná. Jeden podstatný rozdíl byl v rychlosti před spurtem – jinak se začíná když jedete 28 km/h jako v roce 2008 a jinak když 38 km/h jako letos. No a k tomu samotnému průběhu je to opět věc diskuse o poměru síla kadence – je krásně vidět jak na posledních 150m jde kroutivý momen (šedá křivka) už trochu dolů (které nohy by to taky udržely na 80 N-m tak dlouho...) a výkon padá dolů shodně s kroutivým momentem, protože kadence a tady to (asi) je se drží nízko - pod 90ti otáčkami. Zkusme opět naše porovnání z minulého týdne – rychlejší a pomalejší. Na rozdíl od Stodůlek je toto úplně jiný závod a o konečném výsledku jednoznačně rozhoduje bytí a nebytí v té správné skupině v každém ze třech Klikových vrchů. Takže ke Zbyňkovu hodnocení „ani šrot, ani pomalu“ si přidejme pár čísel. Buková – kdo jel neuvěří, že je jen tři kilometry dlouhá... ale jestli ji jedete průměrem 350W nebo 278W dělá nahoře 4,5 minuty rozdílu. Roztoky – tady je díky tomu, že špička závodila (všimněte si hlavně nástupů kde Zbyněk řadil těžší a rozjížděl to opakovaně silou 65 N-m – řekněme přes 30kg na každou nohu a každé sešlápnutí...), kdežto vzadu už pomalu dochází síly rozdíl ještě větší – 360W a 9:40 vs. 269W a 16:16. Sýkořice – krutý pohled výkonnostní pravdě do očí – špička 340W a 7:42, ti co jedou vzadu před sanitou 215W a 14 min. Rozdíl na těchto třech kopcích dohromady dělá 17:24. I kdybych byl cyklista sebelepší, měl techniku hák, všechno..., tak mít kritický výkon na 8 min 350W a to tak, že opakovaně nebo 286W a to tak, že jen jednou za závod, znamená v tomto závodě rozdíl propastný. Takže pokud jsme si na Stodůlkách „vystačili“ cyklistikou, nástupy, krátkými špičkami, tak na Klikáčích je to především o poctivém „prahovém“ výkonu a to všechno ostatní ano rozhoduje, ale už jen mezi těmi co mají ten výkon na prahu podobný.

### **Mirek – Teda to byl výbuch!**

UAC Klikovy vrchy. Teda to byl dneska výbuch. Už včera a dneska ráno jsem cítil, že to nebude ono, ale takovou bídu jsem nečekal ani v nejhorším snu. Prvních 20km v klídku v balíku, pak ve sjezdu před prvním vážnějším kopcem jsem se procedil dozadu a hned na začátku stoupaní po deseti šlápnutích jsem věděl, že dneska s balíkem do Městečka rozhodně nedojezu. Nohy bolely, síla absolutně žádná, tepy nešly moc ochotně nahoru, takovej nějaký zataženěj. Nějak jsem to vymotal nahoru, balík fuč i s lidma, se kterými normálně jinak jezdím. Dál asi s pěti lidma, kteří toho o střídání moc neslyšeli, takže někoho dojet byla utopie. Před Městečkem balík asi minutu před námi, v kopci z Městečka jsme ale dojeli jenom Léňu ze Šlapek. Sjezd do Roztok jsem ztratil asi 10s a pak v kopci na Leontýn se ztráta dál navyšovala, absolutně nebyla šance je dojet. Zezadu mě dojelo pár lidí, kopec přes Sýkořice se nesl ve znamení debaty o bajkovejch Sudetech, protože další dva je taky jeli. Debatní

kroužek nám ovšem zkazil nějaký borec, co k nám najednou dojel zezadu, předpokládám po defektu, a konec kopce jel pekelný tempo, takže se skupina rozpadla. Posledních 20km ve čtyřech, celkem se střídalo, ale tempo nijak závratný, půl kiláku před cílem nás ještě dojel sólově odjetý Míra Kakač ze druhého balíku, kteří startovali 10 minut za námi. Alespoň že spurtík naší skupinky jsem vyhrál, hodně slabá náplast na to dnešní utrpení. Jestli ten dnešní katastrofální výkon byl způsobený tím půllitrem krve, kterého jsem se v pondělí zbavil, nebo ještě únava ze Sudet, nebo obojí dohromady, nebo prostě den blbec, kdo ví.

## POSLEDNÍ ŠLÁPNUTÍ - POS

### Honzis – Jen kdyby ještě vydrželo počasí, tohle bylo fakt luxusní!

V říjnu opět najíždím, takže se před startem rozjedu cestou na Čerňák k metru. Je šediváček, za Kounicema mlha, že by se dala krájet, ale jakmile slunko prorazí tenhle opar, tak se rapidně otepluje. Díky bohu, mám jenom krátkej a dlouhej dres, jarní rukavice a dlouhé návleky na kolena. Po 1:13h stavím u vestibulu, pak 40minut na Zličín a dalších 16km přes Hostivice a Jeneč až na náměstí, kde jsem akorát o půl jedenácté. Lidí trošku méně, než bych vzhledem k azúru čekal, ale je prostě závěr sezóny a morálních ani fyzických sil není nazbyt. Přední Ksyrium mám na reklamaci, nahradil jsem jej Rapidem s pěkně rozsekaným Mišelinem. Doufám, že to vydrží. Vyhřívám se na slunci, fotím biky, kecám, další rozjíždění opravdu nemám v plánu. Na lajně se zařadím do druhé řady, v poledne je odstartováno. Jede se normálně, obrovský balík, v účku lítají bidony, takže to je poněkud o držku. Fouká mírně, ale rozhodně se to chce zašívát. Vepředu zkouší odskočit Kudrna s dalšími, ale před kostkama je máme. Jede se svižně, ale je nás strašně moc, radši se ani neohlížím a spíš se cpu dopředu. Na kostkách čekám úprk, ale nejede se úplně šrot. Dám 53/19 a spíš v sedle to vyjedu. Trek pěkně tlumí, asi mi chybí i atmosféra v pláštích. Občas se přišlápne, jinak docela v pohodě. Kopec před dlouhým sjezdem se snažím jezdit vepředu, abych pak měl fóra. Další kostky zase „rozumně“, nebo mi dneska jdou, nevím. I ve třetím kole je nás pořád pěkněj chumel, i když pár lidiček schází. V háku je to docela zivačka, favorité zatím spíše v družném rozhovoru. Okrouhlický se asi nudí ... Třetí kostky, jedu zase mezi prvními, ale už odspodu za to vzal Zahrada a na nějakých 53/17,19 roztočil ty svoje vysoký ráfky, že byl rázem v řiti a to jsem pod 25km/h nešel. Za ním vypálil Okrouhlický + někdo z Exe myslím. Zbyněk Kudrna už na ně neměl, za kostkama sice pár lidí přelít, ale už bylo pozdě, čtyřka frnkla. Na větru jsem si za ním dával jako prase, pak jsme se prostřídali, prolétli účko a v protikopci se nějak sjeli do cca 20členné skupiny. Byl jsem v ten moment pěkně koženej, ale tohle byla jízdenka v pořadí výše. Chyběl mi tady třeba Prochajda, byl jsem docela pozitivně naladěný. Okruh jsem měl docela zmáklej a věděl, kdy je třeba za to vzít a kde si můžu odfrknout. Ve sjezdu jsem trefil zadkem díru, ale vše ok. Do Bělok se točilo, v kopci se nic významného nedělo, připadalo mi, že pár lidem už chybělo pár desítek wattů proti sezóně, páč jsem tam dycky byl naprosto s přehledem. Zbyněk nic nevymýšlel a asi se soustředil na spurt, poslední kostky jsem přežil, i když na vrcholu jsem si už nepískal. Byl tam někdo Novák a Kvapil z Viesmannu, Robert Míl, Želina, Hovorka, Koubík, Vítek Novák, Masák, ... Pořád dost velká grupa. Ani za účkem žádné síto, tak jsem zkusil z Bělok zvednout prdel a na 53/17 trošku jet. Masák mi přivezl



všechny zpátky na záda v tom druhém schodu. Za prudkou zatáčkou doleva jsem to rozjel ještě jednou, jestli se někdo nechytne. Bohužel nikdo, sami spurtěři ... Pořád jsem se držel vpředu, asi chtělo ještě jednou to zkusit, ale rezignoval jsem. Těsně před kostkama jsem se najednou procedil z třetího fleku asi na 13tej! Všichni ožili a s vidinou cíle to rvali hlava nehlava. Nájezd kolem jednoty jsem zrovna moc nezvládl, dal tam 53/19 a v kopci předjel jenom jednoho. Daleko přede mnou se odehrával spurt o celkové páté místo. Nahoře byli všichni značně kožení, takže se do koridoru vyloženě ploužilo a možná mě ještě jeden před zápisem čísel předjel, ale na to jsem už dlabal. Čas nějak 1:28:40h, průměr tudíž přes 38km/h. Jak se jelo plynule, tak mi to ani jako vražedné tempo nepřipadlo. 6měsíční silničářského závodění je za náma, tak zas v dubnu tady, na PRSu. Počkám až dojedou ostatní, pokecáme, vyhřejeme se na slunci, já si natočím ionťák, hodím bágel na záda a vydám se zpátky na Zličín. Do Hostovic jedu s alou, přežiju i tlačenci v metru a mírný protivítr cestou z Čerňáku dom. Hodilo to pěkných 160kilásků, mohu být spokojen, vzhledem ke včerejšímu běhu a chození po brněnském výstavišti. Jen kdyby ještě vydrželo počasí, tohle bylo fakt luxusní!

### **Kolíkáč – Obranářský výkon**

Dnes o výsledek moc nepůjde, zdravotní problémy jsem stále moc nezažehnal, a tak si spíše plánuji užít jízdu v grupetu a nabídnout svým soupeřům pocit, že mě zařizli . A taky samozřejmě vypadat dobře na fotkách, a proto stojíme v první lajně s Léňou a Bobkem. Vyrazili jsme jako v Pardubicích a už ženeme svoje koně po kostkách nahoru. Jedu zbaběle na malou, ale i možná díky tomu mě první roztočení nohou vynáší před špicí balíku a jedu si na prvním fleku. Opojný to pocit, jak kdybych byl sám na nějaké vyjížděci a neměl za sebou ty nadřazené zvířata z 1. balíku UAC. Čekám, že přilítne Léňa a zkusíme první únik, ale to už se zleva valí vlna favoritů a já se prosívám do středu pole. Stelvio před Hostouní, projet se francouzskou vesnicí a alejí Paris-Roubaix, vytočit se ve stoupání na Alpe d'Huez a safra, začínám mít pěkné problémy stíhat, a tak na větrnou rovinku San Rema už najíždím s odstupem, který nejsem schopen sjíždět. Ale okolo mě se už vytvořila pěkná skupinka, Bobek a Léňa jsou vpředu, ale je tu Quit, David Marek, Honza Šístek a dalších asi 12 kusů. Kostkovou stěnu ve Flandrech jsme tempově přejeli a mohli si tak po chvíli sjet první odpadlíky, Prochajdu a Mirka Zbuzka. To je skupina! Jedu dost pasivně, na špicí se nehrnu, v některých kritických okamžicích jsme rád, že plápolám na chvostu. Cyklistika je hlavně o hlavě, a ta mi dnes moc povzbudivých impulzů neposílá, ale vidět Quita při práci, to Vám je požitek, úplný opak mě, neustále aktivní a hrnouce se vpřed. Míjíme defektícího Léňu, ale ani se nedivím, ten jeho plášť, který jsme pak zkoumali v cíli, to už bylo řešeto. Po dalším kostkovém výjezdu odjela dvojice, kterou začíná sjíždět Mírek a naše grupa se začíná trhat, sjezd do d'olíku před Stelviem do Hostouně a zdá se, že budeme s Quitem a ještě asi 3 borci odpojeni . Nevím, kde se to ve mně bere, ale vyjíždím si ze závětří, hecuji Quita a krátkým spurtem se docvakávám zpět. A do háje, Quit to nezachytil, začínám mít výčitky, že jsem ho tam nechal, ještě v Hostouni se otáčím, zda-li není někde na dohled, ale už jen pusto a prázdno . Tak už to snad domrskáme do cíle, ještě pár nástupů a je tu cílový brdek, po mém obranářském výkonu se do spurtu nepletu, nakonec jsem ale řízl aspoň Máru, který se ploužil do cíle. Za koridorem přichází asi nejhezčí chvíle POSu, sluníčko nám svítí a se svým, v letošní sezóně nejčastějším, spolubojovníkem, legendárním kapitánem ze Záluží a pak i s dojetými Šlapkami probíráme právě uběhlé kilometry, ale i celou sezónu. Bylo to zase

neopakovatelné, nabité zážitky k prasknutí, teď jen přežít zimu a zase se ve zdraví sejít až zase opona půjde nahoru, na PRSu 2011!

### **Léňa – Kdvyž píchání nevadí**

Na POS jsem prostě musel jet uzavřít tuto velmi zajímavou sezonu. Už jsem ani neměnil své pavučinové pláště, zvláště ten zadní měl už dost po záručních kilometrech. Prostě jsem již před startem věděl, že jestli se vyhnu defektu, stojí tento rok nade mnou sám velký Oranžový. Taktiku, ale i tak mám jasnou, postavit se se všemi šlapkami do první lajny, s Kolíkem hned od startu ujet a Malina a spol, to měli vzadu jistit. Prostě jet úplnou kreff a až bychom byli dojeti, svésit nohy a až do cíle to prokecat. Stojím tedy v první lajně, do pedálu zacvakávám jako obvykle až na potřetí což způsobuje propad někam na dvacátý flek plus opatrná jízda v první zatáčce s dírou znamená, že jsem už asi třicátý. Kolíka vidím na špici tak hurrá za ním. Jet hurá za Kolíkem, znamená zjistit, že dost fouká proti a chystaný únik nebude mít dlouhého trvání, Malina nedorazil prostě vše je proti. Nevadí, jedu za ním, když už nás dělí jen dva lidi, vyřítí se po mé levici rychlejší vláček, kde se dokonce nastupuje a je jasné, že duo Léňa - Kolíkáč v tento den neodjede. Ještě zvažuju, že se s nimi vyvezu, ale raději se řadím do lajny pěkně v klidu. Do prvního brdku najíždím kolem desátého fleku, nemá ani cenu shazovat velkou, dokonce musím brzdit, jen se parkuje. Po zbytek okruhu se vlastně nic nedělo, jel jsem si v zákrytu, nikam jsem se necpal, brdky jel frekvenčně až jsem byl překvapený jak se nejede. Při vjezdu do druhého okruhu jsem očekával zrychlení, které nenastalo mohl jsem si tedy užívat pohody v závětrí za borci typu Zahrádka, Okrouhlický, Novák, Bobek. Při vjezdu do třetího okruhu jsem se poprvé otočil abych zkontroloval velikost balíku, měl jsem za to, že při této rychlosti nemohlo ještě dojít selekci a určitě za mnou bude někde Kolík, Mára a spol. Jaké bylo moje překvapení, že za mnou nikdo nebyl! Jedu jako poslední vagónek! Najel jsem si radši více do balíku, prostě nerad jezdím poslední to je pak jako na gumě a to mě nebaví. Díky nájezdu do prvního brdku třetího okruhu se mi daří dostat se tak do 2/3 balíku, kde zahlídnou ještě bojujícího Bobka. Ve sjezdu do Houstoně se opět mírně propadám a vše dovršuje nájezd do díry, kterou jsem osobně označoval! Byla to rána jako z děla a přední kolo bylo rázem prázdné, měl jsem co dělat abych v rychlosti přes 50km/h neslínul, pro bezpečí všech jen pomaloučku dobrzdůju a snažím se nepřekážet, když už mám jistotu, že kolem mě nikdo není zajíždím ke krajnici. No říkám si: A máš co jsi chtěl! Sundání pláště mi dělá největší problém, lámu jednu montpáku a časově mi zabralo tak šest minut. Díra za naší skupinou je fakt velká stále nikdo nejede já snad ještě stihnu nějakou rozumnou skupinu! Šup duše, šup foukat a zrovna jede grupa s Kolíkem, frnk jsou pryč! Grupa s Gejzou, frnk, hm tak dobré skupiny došly, čeká mě samotka. Malá pumpička od Spešlu má docela výkon, kolo drží. Až teď zjišťuju, jaký fouká vítr. Nikoho nevidím a skupinu stíhat se mi nechce, kochám se spadaným listím, azurovou oblohou, značenou tratí a vzpomínám na Technikům report Tete dela Course z PRSu. Kochačka trvá až do Lidic, kde zahlédnu za sebou Petra z Kamenných Žehrovic a když vidím jak to rve v tom větru na těžký převod, čekám a dělám mu mašinku aby jsi odpočinul, jenže hold chtěl to rvát tak před Hřebčí jde na špic a zase to rve, nechápu asi má ortopedy rád. V Hřebčí na kostkách Petrovi nechtěně podjíždím, ale na horizontu už jedeme zase spolu. Snažím se jej přimět a\`t si odpočine, že počkáme na druhý balík, kde se svezeme, ale marně. Naštěstí v Houstoni nás čelo druhého balíku má. Složení je obvyklé, jen mě příjemně překvapuje přítomnost Kajmana, který jede jako brus. Vítám tuto

Pendolijní rychlost, která není taková jako v prvním balíku spíše se nastupuju nebo až parkuje, ale jsem rád, že jsem tady a zase jedu. Bohužel v double kopci z Běloků, chytám defekt zadního kola. Ještě stačím vyprovodit na vrchol Kajmana, ale ve sjezdu mě má prázdná zadní duše dost limituje a musím zastavit. Duši už nemám tak přifukuju. Před Hřebčí mě dojíždí skupinka s Mlhošem a Lacem opět o důvod víc, proč to nezabalit. Duše drží jdu tedy klukům na špic a jedu tempo, bohužel při zpětném pohledu vidím, že se mi neplánovaně podařilo skupinku natrhat a Laca s kolegou oddělit od ostatních. V Hřebči už opět cítím, že jedu po ráfku našťestí je zde Yetti, který mi nabízí svou pomoc velké pumpy a kolo dofukuje. Víím, že mám pomalý defekt a s tím se prostě dojet musí. Využívám každou sekundu, kdy mám zadní kolo aspoň trochu tvrdé a jedu kreff. V brdku před Houstouni dojíždím Mlhoše, už není důvod nikam spěchat, chci dojet s ním. Zezačátku si povídáme, ale bojovníkovi Mlhošovi moc do řeči není jdu radši na špic abych mu v tom jeho boji pomohl. Drží se statečně až je mi v Bělokách líto, že zase cítím, že k jízdě na ráfku mi už moc nechybí. Ještě aspoň jednu rovinku chci Mlhošovi pomoci, snažím se převézt celou váhu těla na předeek, ale je to zbytečné v Lidicích zase cítím ráfek. Snad už poslední dofuk. Už nemá cenu se nikam hnát, tak jen vytáčím nohy až do cíle. Jsem fakt rád, že jsem to dojel, nebýt výborného počasí a širokého rozptylu šlapek na trati nejspíš bych se na to vykašlal, ale takhle mi ani nevadí, že jsem tolikrát píchal, výborné zakončení roku.

### **Miloš – Za 170 dní a je to tu zase!**

Neděle 10.10.2010, 58km, 1:28:00,00, nastoupáno 650 metrů, průměr 38km/h, 60 startujících v prvním balíku, 5 okruhů. Na startu slušná konkurence složená z většiny, která letos jezdila sérii UAC a k tomu i Tomáš Okrouhlický. Balík se natahoval a současně se odpadalo, při průjezdu startem, kde byl kopec od 4 do 7% s kostkami, kde po 250 metrech byl horizont a dál to pokračovalo jen mírně táhlým kopcem. Další kritické místo bylo na druhé straně okruhu, kde byl krátký kopec, který se ale dal jet na velkou stejně jako kostky. Takže v podstatě zvlněný okruh a celý na velkou. Od startu se jelo docela svižně, protože se hodně lidí snažilo být vpředu, ale v balíku se dalo jet celkem pohodlně. Jelo se tempo a do toho se vždycky někdo snažil odjet. Občas se to povedlo, ale po pár kilometrech to balík dotáhnul a začínalo se od začátku. V prvním kole jsem na chvíli odskočil s Mílem a Hovorkou, ale balík nás nenechal odjet na víc než pár set metrů a po několika kilometrech nás měli. Pak odjel ještě na několik kilometrů Vítek Novák spolu s Masákem, ale opět je balík docvaknul. Při nájezdu do čtvrtého z pěti kol dole na kostkách vlezl na špic Petr Zahradka a nastoupil. Balík se natáhnul a kdo nebyl vpředu, měl smůlu. Já byl bohužel někde kolem dvacátého místa a než jsem se propletl ke špici, už jsem jen viděl jak je celá skupina potrhána. Tak 200 metrů před námi jel Okrouhlický, Jelínek, Zahradka, Šnajdr. Kus za nimi malá skupinka s Petrem Novákem a pak naše část. Za námi byli další skupinky a jednotlivci. Několikrát jsme se protočili a dojeli Petra Nováka, ale první skupina se pořád vzdalovala. Po chvílce bylo jasné, že v balíku se nepojede a o závodě je rozhodnuto. Zezadu přijelo pár lidí a byl nás asi patnáct. Jelo se celkem normální tempo. Sice občas někdo zkoušel nastupovat, ale bez efektu. Poslední kilometr byl po rovině, jelo se docela pomalu a postupně se zrychlovalo. Snažil jsem se dostat dopředu, ale bez nástupů, abych co nejvíc pošetril a do ostré levé pod kostkami byl maximálně třetí. To bylo asi 400 metrů před páskou. Před zatáčkou nastoupil Dobrovodský a jel první. Já třetí. Za zatáčkou začali kostky a já se snažil jet ze sedla co nejméně a hned si

sednout a točit. Po sto metrech se uhnulo z kostek doprava na normální silnici a hned mírně levá. Jel jsem pořád třetí a čekal. Když byl vidět cíl, tak jsem za to někde na 200 metrech vzal. Postupně jsem doskákal až dopředu a naštěstí se zezadu nikdo nepřihřtil, takže to bylo moje. Kvůli technickému dojezdu trochu rozházený záznam na Ergomu. První nástup před zatáčkou na 600W, pak další na začátku kostek na 700W, pak pokles na 400W a následně 20 vteřin nástup s maximem na 820W. Celkově Zahrádka, Šnajdr, Okrouhlický Jelínek a 2min. za nimi mi. Já tedy pátý. Z mé strany nepovedený závod, protože takovou taktickou chybu jako nepohlídat si nástup a odjetí nejsilnějších lidí z balíku bych asi dělat neměl. Dřív bych to svedl na mladickou nerozvážnost, později na stařeckou demenci, ale teď ve třiceti je to normální hloupost. Všem děkuji za super závodění v této sezóně a přeji dobrou zimní přípravu. Pro ty, kteří se nemůžou dočkat, tak optimistickým pohledem zbývá zhruba jen 170 dní a je to tu zase. V minulých článcích jsme už porovnali kde co, tak na závěr snad ještě porovnat Zbyňka se Zbyňkem – na tom samém závodě v tom samém čase, na té samé trati s ročním odstupem. Loni byl Zbyňek o tři místa lepší, ale také došla první skupina pohromadě. Čísla nám krásně ukazují několik věcí – špička závodí stále stejně. Celkový čas (rychlost) jsou srovnatelné, průměrné wattů taktéž. Drobný rozdíl je v počtu nástupů – loni se více závodilo i mimo dva kopečky které jsou na trase takže Zbyňek zaznamenal 27 nástupů, letos díky chvílemi rovnoměrnějšímu tempu 22. Když se ale podíváme na porovnání maximálních výkonů v těchto závodech (rok 2010 je žlutá křivka, 2009 červená přerušovaná) je to téměř to samé včetně potvrzení rovnoměrnějšího tempa (křivka 2010 více vyhlazená). Výjimkou je právě Zbyňkova snaha o eliminaci úniku s více než minutovou špičkou na 579W. Mimochodem při pohledu na přehled celé sezony vidíme, že minuta na 579W je Zbyňkův letošní „rekord“ a to o 59W vzdálený 520ti wattovému minutovému kritickému výkonu který Zbyňek během sezony opakovaně zajížděl. Takže snahu skutečně upřít nelze a jen to potvrzuje fakt, že můžete být cyklista sebelepší, když jste ve špatný čas na špatném místě ani rekordní výkon Vám nepomůže. Ale zas máte tu výhodu, že Vám to v cíli má kdo vysvětlit :-)

### **Mirek – Super svezení za krásného počasí**

Po včerešku nohy celkem dobrý, ale ne tolik, abych to odvisel s čelem. Po startu celkem svižné, ovšem jsem dost vzadu a tak v dvojbrdku v Bělokách a následným sjezdíku mám trochu ztrátu. Snažím se to směrem na Hřebeč dojet, lidi tam nechávají díry, furt jedu 10m za balíkem, furt přes 40 a když tam snad po dvou kilometrech konečně dojedu úplně zgumovanej, tak musíme brzdít díky autu na silnici po pravé straně. Zase díra a tu už nesjedu ale stejně by mně na kostkách na konci kola asi odpárali, tak by to vyšlo nastejno. Svěšuju, nad kostkama mě dojíždí asi 15 lidí a v tý skupině už se jede fajn. Druhý kolo odpočinkový, jsem na konci, kecám s Kolíkáčem, ve třetím se trochu jede a střídá se. Kostky na konci třetího kola se jedou fest, následnej brdek před Hostouní taky a pár lidí odpadá. Pak celkem tempo, ale krásně stíhám a kontroluji si to, aby někdo neodjel. V posledním kole ve dvojbrdku v Bělokách jedu na velkou a zkouším to roztrhat, ale přežili všichni, takže bude spurtík do cílového kopce. Cítím se dobře, ale bohužel jsem jako vždycky poslední dobou chytil křeč do lýtka a byl rád, že jsem ten kopec nějak vyjel asi uprostřed skupiny. Výkon průměr, spokojenej bych byl, kdybych dojel ve skupině před námi, ale forma, co byla třeba v Bratronicích, už není. Na závěr sezony to ale bylo super svezení za krásného počasí.