

## rok 2016

Pája, 2016-04-05 21:06:40

Tvl, ještě jsem se neprobral ze soustředění a dneska taková nálož, Sešlo se nás víc než jsem čekal a já to nakonec stihnul na sraz včas. Dreamer mi na Zvoli ukázal záda, a pak se na mě všichni vystřídali jak na šlapce a ukázali mi záda. Říkal jsem si, že je to standard prostě je pro mě Zvole zahřívací kopec, byl jsem pořád takovej ospale unavenej. Na druhým kopci se mi podařilo zvednout zadek a ukázat svoje záda ostatním (mimo Dreamera). Tím se to ve mně odpálilo a jelo se mi parádně, až do konce se mi chtělo vlčit blbnout a hecovat se, tak jsem si vlezl na špic a trochu toho adrenalinu a endorfinů pustil do pedálů. Bylo to super, díky všem že dorazili.

PS1: prdím na zaříznutí Camrdu, letos chci sebrat Mlhoši Petříkov :)

PS2: Mlhoši, kdyby ten klučina začal jezdit pravidelně, možná bychom mu měli taky udělat zářez.

Dreamer, 2016-04-05 21:37:17

Otevirani sezony se vsim vsudy! Letni pocasi ktere urcite zazijeme nejdriv zase v kvetnu, poprve letos v kratkem, podruhe letos na canyonu a velka skupina natesena na prvni 3 kopce. Ty mi ukazaly ze intenzity na Vrane a na Skalsko boli tak, ze x hodinovy trenink na Sumave je proti tomu prochazka ruzovym sadem! Skupina je cim dal silnejsi a nic mi nedala zadarmo a ten novy biker od J. Kulhaveho to bylo take neco, mame se na co tesit, rad by s nami jezdil pravidelne.

Mlhoš, 2016-04-06 00:31:20

Prvni etapa 3 kopcu se vydarila paradne. Po zimni pauze jsem byl zvedav, jak to pojede. S jednim dnem odpocinku po nalozi kilometru z Moravy byla zvedavost dvojnaso. Pocasi pralo paradne a jak se plnila diskuse, bylo jasne, ze nas i pojede hodne. Nakonec ve slozeni Dreamer, Paja, Turista, Technik, Pablo, Jean, Profesor a ja. A po ceste se pridala borec z tymu rcr bike, ktery v kopcich potrapil Dreamera, kdyz dnes nebyli Kolikac s Camrdou... No a ono to vubec nebude lehky nekde nejakej bodik urvat. Na Zvoli hned od zacatku odjel Dreamer a cas 7:49 je i podle Vyhupovych meritek velmi kvalitni (a to Dremer rikal neco o prvni intenzite letos ;-). Pak taky krasne to odjel Turista a byl druhy. V prostredni casti jsem visel za Pajou a doufal ve treti misto. Jenze v rovnejsi casti nas docvaknul Technik. Kdyz jsem se zvedl pod kopcem ze sedla, tak ale kolem proletel nejen Technik, ale i Pablo, ktereho jsem za sebou vubec nevidel. A chudak Paja, kterej to cely odtahl, skoncil bez bodu. Jo, ty body budou letost bolet. Na Skalsko opet odjel Dreamer + Rcr borec, visel jsem za Turistou a byla to kvalitni fuska. Jenze v posledni fazi nastoupil Paja. Chvili to vypadalo, ze ho Turista docvakne a sice jsme jeho naskok stahovali, ale uz to nestacilo. Turista sve zaslouzene 3. misto za to tazeni zaslouzil.. Taky jsme ke konci temer dotahli Dreamera, kterej horni cast az tak nejel... Ztrata 5s velmi solidni. No a Petrikov, toho se nechci vzdavat ;-), nebudu tady rozepisovat taktiku, ale proste se mi podarilo odjet a ke konci se sice blizil Technik, ale uz jsem vedel, ze to vyjde. Pajovu vyzvu beru, mozna bych to rozsiril, ze by mel Paja mit za cil tam nekdy vyhrat, ono az prijede Camrda a jestli Technik bude jezdit pravidelne, tak to tam bude taky kruty... No a nakonec let domu v regulernim teple a se zapadajicim sluncem. Bylo to paradni, nohy na jen jeden den odpocinku jely pocitove dobre, uviime, co se bude dit dal... ;-), Turistovi to taky letelo, tak se zda, ze Morava mela dobrej efekt... Kazdopadne rek bych, ze vsichni prijeli ve vyborne forme a bude to letos masakr. A ten euforickej pocit pri dojezdu domu, ten tam zas byl.. Diky bejci a tesim se priste...

PS: Jeste pridam novej Google Doc s vysledkama, ale uz mi padaji vika... ;-)

PS: Rcr hosta jsem do vysledku pro dnesek nezadil, kdyz bude jezdit, tak ho pridame...

Kocour, 2016-04-12 20:54:06

Naaaaadheeeeeraaaaaa, na kocoura je spolehnuti, byl vsude posledni, ale díky tomu jsem dovezl i 1/2 něčí cervene blikacky. Díky, ze jste pockali, litate jako raketaci. Hvezdna sestava, ja tragickej, ani jsem vas nedohlednul, ale snad jste moc dlouho necekali. Dreamer a Kolikac to dneska ovladli a Mlhosova serie skončila, ale ona priste začne. Ja jsem spokojenej, jenom mi nesly nohy, ale kazde poradne paleni jsem si mimoradne uzival. Tak snad priste.

Kolikáč, 2016-04-12 22:18:11

Dnesni sestava: Camrda, Dreamer, Hrom, Jean, Kocour, Kolikáč, Malina, Mlhoš, Pablo, Pája, Quit, Turista + 1 ...uaaaa..... Co k tomu dodat?!? Na patre hustim do Kocoura PSI, pak za prvnim semaforem nastup, kdy mu praskne sedlo a pak jiz zapadnout do orange hloucku u Mama. U Vltavy dalsi velke setkani, ma to nesktuceny grady, dvojicky jen ševeli to natesenosti na prvni kopec. Malina jako za starych casu v pulce nastupuje, uz nevydrzel to nase uspavaci tempo (rozumej pres 20km/h.). Je mi na bliti, ale v hlave to je, co jsem si sliboval celou zimu, budeš bojovat, tak bojuj! Sumavsky Snilek prebira oteze, ale skvele ho hakuje Camrda, musim, musim. Vzpominam na nedelni epicke Roubaix, na Tommekeho, jak do toho daval vse. Dreameruv tradicni mini nastup, malinke zrychleni, ktere ma presne v mistech, kde jsme jiz vsichni na sra\*ky, Camrda chyta diru, ja chytam diru na Camrdu a chce se mi svesit kopyta. Ale ne, nesmim, zkusim furt jet tempo, na fenomena Dreamera to jiz stacit

nebude, ale Camrda se na tom zacina divne klatit. Radim velkou, jdu ze sedla, a zacinam se priblizovat. Jsem znovu za zadni galdou Camrdy a pred kostelikem se svinacky odpoutam z hacku a jdu pres nej. Jsem total K.O. konecne tepy u hranice 180 uderu. Krouzime jako supi kolem rybnicka a pak spolecnou jizdou na Jilove. Tam to rozjizdi pekne Paja, ja setrim setrim, musim co nejdele s Dreamerem. A podarilo se, odskocili jsme zbytku, ale ani letos, jak se zda, jsem se k Snilkovi nepriblizil, zase mu to lita! A do tretice premie - Petrikov, chut roste, dnes tak jeste vyplenit Mlhosovu pevnost! Uz z Kamenice se docela jede, pak zacne topit Malina, Mlhos si to zkusene hlida a ja se stavam jeho stinem. Dreamer jeste potahne, ale pak jiz watti Mlhos, ale svete div se, dnes neodpadam, furt jsem prisaty za nim a uz je tu konec zdi a ja muzu zvednout ruce nad hlavu a ukoncit sezonu Jooo byla to paradicka, skvela podvecerni party! Diky bejci ze jste dorazili, Mlhos to dobre vymyslel, myslim, ze takovou vyjizdku si vsichni uzili bez rozdilu vykonnosti

Mlhoš, 2016-04-12 23:04:57

Dnes to byl dalsi monument. Asi rekordni ucast v historii. Aktualizace pocasi rika, ze bez deste. Prislibena ucast Maliny vzbudi vzrusene sumeni. Pak vsak nedorazi na kruhak a Camrdovi nebere telefon, pak se zjevi u mostu. Pak ukazuje bojovne srdce a nastupuje v pulce Zvole, ale trio Dreamer, Kolikac, Camrda dospelo a strojovym tempem mu odjizdi. Zajimave videt zblizka. ;-) Jedu si svoje za Turistou a Malina se veze s nama. Zvedam pr.el pod kostelem, ale kratkej nastup si Malinak prece jen pohlida. Cas na Zvoli ale pro me solidni, pocitove jsem si daval, ale jelo to. No za 1 bodik to bylo dost driny Hned pak Jilove. Rikam, ze kaslu na body a musim se snazit jit do tech kudla temp. V pulce kopce se snazim hakovat Kolikace, ale po 30 sekundach vadnu, kolem profici Camrda, Malina a hakuju jen Paju, ktereji mi pred ceduli nastoupi a ukol splnen - jsem bez bodu ;-) Ale cas taky solidni, je potreba rezat ty kudly na PRS. Na Skalsko se jede prijemne tempo, ktere davkuje na spici Paja. Turista si lebedi, jaka je to parada bez zavodeni, kresne s name sekunduje Quitak, na chvili je vyjizdka prijemna... Na a Petrikov cekam, ze se na me vsichni chystaji. Paja vyhrozuje dlouho a Kolikac sice nic nerika, ale je mi jasny co se bude dit. Jede se tempo odzdola, chapu, ze Dreamer se snazi nenechat to na spurt, coz je dobra taktika. Mackam posledni zbytky sil a dari se mi zrychlit, ale Kolik je mi nalepenej na prdeli i v zatacce pred zdi. To neni dobry. Trochu zvolnim, abych se aspon dvakrat nadechl a zkousim se jeste zvednout po rovine, ale Kolik jde pres. Takticky krasny zvladnuty. Gratulace. Kolikac ma fazonu jako nepamatuju a jsem zvedav, co nam na PRSu predvede... A nemuzu si stezovat. Cisla na Petrikove nejsou spatna, 2 minutky na 400W se pocita. Pak jeste skadleni na rovinkach a hledke pristani prositej doma, kde strejdu Quita vita Fabianek. Jooo, to byl zas hezkej den... Diky za tu paradu. Jdu nejak dat do kupy tabulku s vysledky....

Camrda, 2016-04-12 23:25:09

Dnes to byl velkej mazec, i když jsem si to bohužel nemohl užít celý. Každopádně jsem dnes zjistil, že není dobrý jezdit kaši a pak jít na večeri se šéfem a cokoliv řešit... 5ti měsíční telátko by se tvářilo líp... Vezmu to zkrátka, Zvole se jede ze začátku v klidu a tak starej pankáč Malina vyráží trochu rozvířit vody. Já se v předtuše do něčeho nepouštím a "suše hákuji Dreamera", dle očekávání neuhákuji..., ohlídím se, za mnou díra a Kolikáč okusující představec, najíždíme na rovinku, představec začínám okusovat i já, ale Robert si mě na konci rovinky sjede, říkám si, že bude prošítej a tak se hned na začátku brdku před kostelem zvedám ze sedla a nastupuju, bylo to dlouhý a těsně před horizontem mi došly síly, Kolikáč jde vpřed, ale za ten boj to stálo! Jilové jsem prošítej hned odspodu, celou dobu přemýšlím, jestli je tohle to, na co jsme se celou zimu těšili... Kolikáč s Dreamerem jdou v před, Mlhoš a Pája skáčou do háku, vím, že tohle nahoru nevydržím, snažím se jet svoje tempo, přeskakují Páju i Mlhoše, přijde mi, že se chvílema k našim dvěma vrchařům přibližuju, ale v takhle prudkém stoupání nemám šanci, mám toho až po ko..t, ohlídím se a jistím pozici před Jirkou, pak už jen vytočení nohou domů, rychlá sprcha, převlíct se a dělat, že jdu vlastně skoro z práce... . Ty úterky jsou pecka!

Dreamer, 2016-04-13 09:36:03

Hvezdna sestava s Kolikacem, Camrdou a obrozenym Malinou! U Zbraslavi opravdu velka skupina a uz se jede na Vranne, kde cekam velke peklo. A to se take deje, je mi jasne ze tentokrat neodjedu na zacatku jako pred tydнем. Kolikac, Malina, nastup strida nastup, ale dari se mi tam byt. V druhe pulce uz aspon kluci prestali blbnout s nastupama a tak se muze jet pekne tempo, coz mi sedi, nahore vidim ze nakonec mensi odstup mam, tak si muzu dovolit konec trochu ubrat. Jilove me boli o hodne vic, prostoje mezi kopci kdy se nejede mi nedelaji dobre, na druhou stranu jsem za to rad, takovy trenink jinak clovek nezazije. Po Jilovem mam splneno a uz si chci konec uzit a konecne trochu pokecat s ostatnimi, ale to by tam nesmel byt Malina ktery nastupuje co kazde dva kilometry, ostatni se pridavaji a tak i na Petrikov se najizdi jinak nez obvykle a skvele takticky jedouci Kolikac ziskava premii. Vcerejsek bych symbolicky prejmenoval na "100+1 nastupu"! Skvele je i videt ze ostatnim to take jezdi a tak si to uzivaji vsichni!

Pája, 2016-04-13 10:12:21

Já dopadl jako Jean. Doma sprcha a jídlo a byl jsem tuhej. Vstávat se mi hodně nechtělo a ani na report jsem včera neměl náladu. Co se týká více premií jsem pro, jen je budeme muset nasekat na všemožný trasy. Dal bych slovo

lidu, co by se jim líbilo. Já osobně se cítím takovej zahřátej až na konci, resp. na konci vyjížděk které mají kolem teď možných 60 - 70 km, to mám cukání jakmile vidím ceduli se poškádlit. Takže na včerejšek bych přidal třeba ceduli v Herinku, která se loni taky jezdila. Mlhoši, dal bys dohromady trasy co se jeli a necháme to na referendu, aby si každý zvolil oblíbenou pasáž, a podle hlasů bychom to rozšířili? S tabulkou bych ti píchl případně převzal, a suplovat by mohl Camrda kdybych já nebyl. Osobně mi tyhle vyjížděky hrozně pomáhají vzhledem k tomu kolik toho přes rok najedu, takže spurty, rychlé nástupy v kopcích ale i roviny na držení optimální kadence mi dávají hodně. Vzhledem k tomu, že je to i tak trochu společenská událost, bych se domluvil komu co vyhovuje, protože ten balík ma vždycky parádní atmosku. a speciální poděková úplně normálními člověku, která mě včera rozvášnil až jsem se červenal na zátylku.

Malina, 2016-04-13 14:37:27

Dlouho očekávané se stalo včera skutkem. Po delší cyklistické odmlce, každodenní práci, chození po horách, lezení po umělých stěnách, zdravotních trablech, žraní steaků bez přílohy, jsem si v 17:40 v pondělí 12. dubna kolem roku 2016 zakoupil v kiosku pod Zbraslavským mostem plechovku coca-coly. Byla výborná! Bylo z ní cítit jaro, město a kamarádi. Moje zkušenost na Valašsku skončila právě příjezdem skupiny, kterou jsem s Jeanem za bublání slavného amerického nápoje a družného hovoru několik minut očekával. S několika starými známými a mladými neznámými jsem si podal ruku. Byl to pro mě významný sociální okamžik! Skutečně dlouho trvalo, než jsem tu zkušenost, ten mýtický kraj, ty lidi s dubovými palicemi založil do myšlenkového šuplíku a životopisu, a začal koukat jen před říditka. Vltava musela slyšet mé promlouvání k cyklistickým bohům, že je přeci neomluvitelný hřích:

Přijet na kole, které ještě ani snad není moje, jelikož platba z jedné banky do druhé může trvat i několik dní

Přijet s nedoladěným kotníkem, v kterém stále nejsou šlachy v pořádku, po nenápadné pádu z bezvýznamné umělé stěny obtížností 5c

Přijet s kontem 177 km horské kolo, 43,5 km na silničním kole, které ještě vlastně není moje

Přijet s načatými bederními zády, které nejsou ok, jelikož největší blbost, které se dá po zranění kotníku udělat je chodit pouze s jednou berlí v podpaždí. Asfalt, Vltava, auta, skály na druhém břehu, Vraný, koleje, bum! Dýchám 120PSI ven, 120PSI dovnitř, točím ztěží nohama a v infarktovém závěru porážím RibEye stehna Mlhošova. Tenhle neo-otec zmužněl říkám si v duchu... Přestávám vnímat okolí, uzavírám se do svých myšlenek a bolestí. Víím jen, že jsem přijel do Zvole a že tu mají vlastně rybník. Akorát když začínám slyšet a přestává mě brnět nos, projíždíme ceduli Kamenná vrata. Hákuju bestofbest kamaráda. Není od věci, být po letech "dole", nechť si Camrda "nahore" reguluje rozkoš jak potřebuje. Celý kopec přemýšlím o tom, co napíšu večer na diskuzi do pléna. Nahore opět cítím silné plíce z hor ale absolutně nepoužitelné nohy. Ze zdvořilosti je nutné se za vrcholem partnera zeptat: "Bylas?" Zcela zaslouženě až do konce výletu mi celá Vinohradská královská garda šlape po kulích za to že jsem poslední 3 roky měl jiné starosti než oranžovou hematologii. Dříve by člověk cítil byť nepatrnou zášť vůči těm, kteří jsou vpředu nebo nahore.

Nene, v tyto dny kolem roku 2016 už víím z vlastní vědomosti:

Co obnáší pravidelně jezdit na kole a doma mít 2 děti a hyperctizádostivou ženu

Co obnáší zdráhání se nad tím, zda je american burger lepší s BBQ nebo malinovým džemem, na atraktivní služební cestě a místo toho na kole jezdit i tam(z vlastní zkušenosti canadien burger je lepší s jahodovým džemem a k tomu avocado smoothie! Je to jako sežrat maltu do které někdo dal pytel vápna víc)

Co obnáší jezdit na kole dlouho dle formule můj věk mínus doba od narození do puberty mínus doba strávená spánkem a dalšími margináliemi

To už se na Kačáku loučím s Pájou, všímám si jeho zarudlého zátylku a bezprostředně mu to sděluji.

Kamarádi kolečkáři zpětně Vás všechny ještě jednou zdravím!!! Odeslaná platba za kolo již došla, tudíž se těším na další setkání!!!

Kocour, 2016-04-19 21:20:16

Sakra to me kádí jaká jsem kotva, těžká na dlouhým řetězu, bohužel se ostatním nemůžu vůbec rovnat, Zvolí jedu za Quitem jako na magnetu, ale ve vesnici povolí, Quit přidá watty a už ho a ani duklaka nestahnu. Stejně jako minulý rovnou jedem dal, z Kolikace páčím jak to dopadlo - vyhrál a Malinak vyjel az nahoru se špici, neuvěřitelně od minulého týdne. Pak se jede volně na Jílové bez bodu, ale jsem v riti a vypadavam ihned. Hrom na me s Quitem nahore čekají a dojedeme zbytek balíku, pak dolu k Vltavě a cestou zpestření v podobě hasičů a cajtu. Na benzince se tocime zpátky a me trochu spadnou koutky úsměvu, protože se jede to same nahoru. Scénář se opakuje. Chudaci ostatní, mám asi 5min sekeru, pak svizne na Petříkov a stihnu si ještě vypadnout, protože 36km/h do tahlejšího brdku je moc. Domu už pohoda roviny se nějak držím a nástupy jsou tolerantní, skoro 80 to hodilo. Děkuji za Vaši trpělivost, ještě to párkrát zkusim třeba budu příště na dohled. Nicméně výkonnostní nízky se rozeviraji víc a víc

Pája, 2016-04-19 22:06:18

Po služebce jsem si potřeboval udělat vítr v hlavě, což se splnilo s nad očekáváním. Zvolí rozjíždí od spoda, s nadějí že si udělám díru a nechají mě jet takhle od spodu, v druhé zákrutě už jdou přeze mně, zadek nejsem

schopnej zvednout ani nepočítám kolik lidí jde přese mě. Před cedulí u kostela mě způsobem jeho vlastním ještě vobloží turista. Tak jo, jsem rozdejchanej. Počasí mi sedí je chladno, bez sluníčka říkám si, že dneska by to šlo. To bychom se ale nesměli sejít v sestavě, která se sešla. Záhořany sice nejsou na body, ale jakžtakš uvisím skupinku. Padáme dolů do Davle, rychlá otačka na pumpě a zase zpátky. Kopec je to "jetelnej" ale Malina to tam zas pošle nikdo ho nechce nechat cuknout, tak se za to zase bere a já opět neuvísím, ještě chvíli dělám závětrí Technikovi, kterej si cvakne lepší vláček a to Turistu. Ceduli uhájím ani nevím před kým tepy jsou daleko za hranicí života, probírám se z komatu a jedem sebrat Mlhošovi prémii, v tu chvíli si z nějakého nepochopitelného důvodu říkám, že bymi to mohlo vyjít alespoň tam. Asi se hlava odpojila od zbytku těla a žije si ve své dimenzi. Petříkov dopadne stejně jako předtím kopce, ujede mi vlak. Trochu opožděně navlékám větrovku a koukám všichni v tahu. Začíná mi časovka chyt' si balík. Kdo zná zkopec do chomutovic ví, že někoho tady chytat nemá smysl, nicméně jdu do toho, valím to co mi sílí zbývají najednou vidím ocas balíku jak zatáčí do popoviček, říkám že by ? Ještě přidám a pak už to bylo v duchu gumičky, když dojždím ke křižovatce balík projede, já dávám přednost autům. Znova roztáčím kliky a kupodivu se mi jede dobře. Přejezd za Herinkem, to samé kdy se ty auta berou ? Zase vidím vocas balíku, kterej mě dráždí blikáčkou na segmentu letmý kiláček, ouha zřejmě se to tu roztočí a balík dělá Frrrrnnnk. Pak mi ještě zůstane na dohled rozdělená část balíku, ale zase mě staví semafor. OK, konec časovky. Dotočím to domů a mám toho dost. Jsem nadšen rozsekanej. Díky, zdá se že kopce začínají mít jméno, jelikož nás bylo fakt dost i "přespolních". Doufám, že Camrda má přehled jak to dnes dopadlo, protože já jsem jalovej, ale hezky jalovej. Díky za švih všem a kocoure vydrž, půjde to nahoru.

Mlhoš, 2016-04-19 22:18:27

Byla to dnes rekordní účast? Každopadne mi přijde neuvěřitelný, kam se pohodově svihy s Jestrabem a Icemanem posunuly. ;-) Na Zvoli mi odlítla elitní grupa s Dreamerem, Kolikacem, Camrdou, Jirkou z RCR a Jirkou Malinakem (a jeste nekym?), na dohled zustal Technik a za Pajou, kterej nakopnul zacatek, se to dalo dojet. Nohy po Basti a PRSu drobet unaveny, ale jak se muzou na ne vymlouvat, kdyz Kolikac dnes se stejnym vikendovym programem řádil jak černá ruka a treba na te Zvoli virtualne voblozil i Cespu z lonska a za Kristianem Hynkem drzi letos na Zvoli druhy nej cas (jo, kde je Vakoc? ;-). Wow... Podobne z Davle jsem to taky dnes nedal a ujelo mi to dost brzo. V tomhle je dobry videt buldoci zarputilost Maliny, kterej jeste nema fazonu, co mival, ale jde do toho, i kdyz to tam jeste neni a nastupuje a nastuuje a nastupuje. Nahore ztrata na nej a Technika s Pajou jen cca 10 - 15 vterin, ale dnes jsem na to nemel ani nohy ani hlavu. Pak labuti pisen na Petrikove, kde jsem zadnou taktiku neresil a poslal do klik vsechny zbytky sil, coz stacilo za Malinakem s Kajou na treti flek. Tak jo, taky priste i hlavu a nespurtovat s Kajou a Malinou z jednicky ;-) Doma krasne prositej, ucel splnen na 120%, to je nadhera takhle se zrakvit. Jo a jeste Kudos Kolikacovi, kterej jedinej pockal na Kocoura u Zdenicky, v tom bychom se taky od nej jeste i ostatni meli ucit... Diky chlapi! A za tyden zas, snad ve vetsim teple...

Turista, 2016-04-19 22:23:47

Tak jsem se rozhoupal take precí napsat. Dnes Kopce pocitove asi nejlepsi dojem. Co jsem koukal na cisla tak letos nejhorsí ale precí nejezdíme kvuli cislum. Cely den jsem premyslel jestli jet a jake to bude, od poslednich kopcu mi nebylo nejak, zase asi nejaky nabež na rymicku co jsem chytнул od deti. Rekl jsem si ze to zkusim, prinejhorsim pojedou kecacku nekde vzadu. Nikam jsem se nehrnul, drzel jsem si turisticke tempo a svete div se ono to nejak jelo a ani to tak nebolelo. Nahore na Zvoli jsem byl prekvapen ze uz tam jsem a jeste trochu zbylo na maly sprintik. Kamenna vrata se jela bez bodu ale ty silenci vepredu stejne ke konci zrychlovaly. Davle mi Znovu docela sedla, co jsem koukal na cisla tak by se dalo jeste trochu pritlacit. Chrtaky Camrdaky jsem v cilu stejne ani koutkem oka nezahlid ale i tak mam dobry pocit. Dnesni vylet mel byt ve stylu zucastnit se a prezit a ono to docela jelo. Petrikov je kapitola sama pro sebe, ten standartne vypoustim ale opet do docela jelo, zasil jsem se doprava do haku( foukalo svizne od zapadu) a nakonci mel silu jeste zrychlit, tak ze jsem stihnul pohled na souboj elitaku spurteru. Za mne krasne projeti, i to slunicko jsme nakonec vydely. Obdivuju Mlhose s jeho skoro letnim ohozem, mne v tom skoro zimnim bylo tak akorat, zkratka asi jinej oddil, arctic.

Kolikáč, 2016-04-20 08:35:37

Neskutecna parada, nas snad bylo 8 dvojicek. (Camrda, Dreamer, Hrom, Kocour, Kolikáč, Malina, Mlhoš, Pablo, Pája, Quit, Technik, Turista ...) Asi jak Mlhos predal tabulku Camrdovi s Pajou, tak jim lidi chteji pridelat peknou praci Ale zima, jak v unoru do Usti. Zvoli rozjede Paja, ne, nesmim se nechat vyblaznit, dnes je tu nabusena sestava. Nervama to pak nevydrzi Camrda, ktery odskakuje, ale ja furt verim, ze Snilek s Jirkou z RCR to nenecha jen tak. Pak jeste slysim, takovy podivny susteni vedle sveho zadniho kola a nevericne koukam na mistrovsky dres. Proste Malina! Paradni souboj na ostrí noze, jelikoz jsem ani jednou nepotahl a jedu furt v hacku, tak sily jsou, a kdyz do toho jde Malina, jako za starych casu, zkusim to s nim a s Dreamerem. K vezi kostela tak jedeme vedle sebe, nakonec Malinu zlomime, ale bylo to o fous, neskutecny, jak je efektivni! Jilove od Davle ze zdola klidek, ale pak jedeme jako k ohni, kazde mini zavahani se tresta. Uz uz chci svesit, ale kdyz zase vidim Malinu, jak do toho jde, tak precí jsem v zime nejezdil pro nic za nic! Nastesti je to dlouhy kopec, a tak kdyz za to uz ponekolikate vezme RCR, konecne se odpoutavame s Dreamerem od Camrdy s Malinou. Zadny otaceni, pekny

kolotoc az nahoru! Petrikov je zase hon na carodeje Mlhose, sice volim stejnou taktiku jako pred tydнем, ale to nemel pred sebou Mlhos malinovy magnet, který tam nahore z nas udela ze vsech skvele vymackanou malinovku. A k tomu Camrda, který si spravuje chutove poharky a krute spurtuje s Mlhosem o druhy flek. Ale to uz znam jen z vypraveni, jelikoz jsem to videl z velke dalky Pred Herinkem lajna jak vysita a me zacina pocukavat v pravem lytku, no prostě ty uterky nejsou vubec zadarmo!! Diky za ne!

Dreamer, 2016-04-20 10:40:15

rikam si jestli je nutne letos jezdit vubec na zavody, kdyz mam uterni 3 Kopce! Na Zbraslavi plno, s Jirkou RCR potahnu balik do Vranneho a uz se jede nahoru, nastup strida nastup a citim ze dneska me konecne nekdo pokori. Sazim ale spis na Camrdu nebo Malinu, ale prekvapive pri mem poslednim nastupu se uhakne do te doby jen neviditelny Kolikac, jezdi opravdu takticky vyspele! Sjezd do Davle je pekne studeny a kdyz vidim Mlhose v kratkem kratkem, je mi jeste vetsi zima Nahoru opet totalni srot, co by jsme si bez Maliny pocali! Pak uz rychle v chladnem pocasi smer Praha, skupina se trochu deli, priste prosim aby celo nejelo tak bezhlave a obcas se podivalo jestli jsme vsichni, porad plati ze jsou to treninky a ne zavody! Zaverena serie asi padesati mini nastupu uz byla jen skvelou teckou za dalsim dilem 3 Kopcu. Nema to chybu!

Malina, 2016-04-20 12:42:51

Dnes začneme teorií: Pojmeme redukční součinitel cyklistických hobíků (reduction factor of cycling enthusiasts - rfce) se rozumí poměr mezi kilometry "vobjížděče" a vašimi "vobyč" kilometry. Při okrajové podmínce, pokud dosadíte svoje kilometry také do čitatele, tak je rfce roven jedné. Této aplikaci se někdy říká - "srovnat si to v hlavě" nebo "cítit se jako objížděč". Velmi závisí na výběru "objížděče", součinitel pak někdy nabývá hodnot výrazně vyšších od jedné. Například při srovnání Dreamer proměnné je Malina rfce =  $8007/323 = 24,79$  po zaokrouhlení tedy 25. A to už jsou skutečně čísla opravdu snová! Jak pro koho...viz odstavec praxe!

V praxi: V praxi má rfce mnoho podob. Například včera na Zvoli byla bolest Maliny 25x větší než bolest Snílkova. Slina u pusy byla 25x delší než slina Snílkova. Při dalším pozorování, tak na Jílovém Malina odpadl na 25% stoupání toho co vyjel Snílek až na horu, tedy 100%, i když zároveň se Malina zde snažil 25x vehementněji než Snílek. Nakonec při vypalování švédského hradu Mlhosholm, byl již Malina o 25% více namotivovaný se úplně zničit než Snílek. Snílek již tu dobu věděl, že může v kľidu jet nahoru - že je o 25 měsíců někde jinde, před Malinou, který na to 5x a ještě na druhou, tedy 25x více sral než Snílek za posledních 25 měsíců. Pokud mluvíme o nějaké efektivitě, o tom, že do toho někdo jde, nebo buldočí zarputilosti, je nutné se podívat na jevy budoucí tréninku - o 25 minut delší usínání, o 25 minut delší sprcha, o 25°C teplejší stehna, o 25 více údivů přítelkyně, proč to ten moula dělá, když přijede domu, tak zrakvený... a tak dále.

Díky moc všem za včerejší trénink! Teda nevím, kam ty tréninky spějou... ale fakt díky za to! Nepamatuji si, že bych byl někdy v týdnu tak na kaši jako proběhnuvší dva úterky. Omluva Dreamrovi za neustále zavírání někam do škarpy, aby nenastupoval a nehonil Předsedače. Speciální díky čelní letce, že mi dali rozpomenuout o čem to kuva je (například jsem si málem utrl převodník z rámu, tím mohutným svěšením na Petrově)!!!

Kocour, 2016-04-26 21:12:14

Dneska to bylo krapitek lepsi, ale musim moc podekovat Jeanovi, kteremu jsem hypnotizoval zimni blatnicek do 2/3 Zvole a pak na 5ti kopci byl tak hodny, ze na me na rovinkach defacto pockal, takze byl na dohled a nebylo to tak demotivujici. Malinak se vykonostne posouva a ja mam radost, ze to nemaji Dreamerove, Kolikaci a Camrdove tak jednoduche Diky za svih, ale zima byla a celkem foukalo. Brrrrrrr

Mlhoš, 2016-04-26 22:22:46

Dneska to bylo hodne zimni... Takovy to pocasi, ze kdybych jel sam, tak jedu krokadu... No, ono na Zvoli mi to dneska odjelo driv, nez jindy a nejak to neslo. Na Petikopci to bylo pocitove trosku lepsi, Paja byl magnet s dobrym tempem. Na Petrikove, ktere se z Mlhosholmu stava Malinikem (on origoš Malinik je od Petřikova přes kopec ) jel od pulky Dreamer a sice jsem se chytil, ale na nastup sily nebyly. Na rozdíl od Maliny a Camrdaka. Tak snad priste bude tepleji, ale i tak díky za ty dary, v te skupine je to vzdycky poteseni...

Čespa, 2016-04-26 22:27:59

již přez měsíc jsem se neobjednal na žádnou terapii a tak využívám dnešní den k návštěvě pacientů s vášní řídit kolo.....díky za krátký azil, který jste mi nabídli a já si tak mohl oprášit zážitky z jízdy v balíku a natočit 100km, což se mi od nemoci ještě nepovedlo.....posádka, lita vám to famozně a já si příště vezmu mapu.....V pondělí usínám s myšlenkou trojkopce, ráno i přez déšň nechávám pohodlného Mutanta s blatníky v garaži a sedám na objemovku a jelikož pojedu přez hrboilatou Prahu, tak volím ty nejtěší nerozbytný záplety se spochřelými 4000ky. Do práce dorážím značně navlhlej a modlím se, aby hadříky do odpoledne uschly. chytám hned kšeft od sportáku a tak jedu na tiskovku olympijského výboru, Hradílek,Doktor.....mi zvedají náladu a závěrečný raut zas kila na váze, následně přejíždíme na tenis, pár rozhovůrku, nějaký zábery ze hry a zpet na kopec.Rychle na teplej oběd a pak už nedočkavostí posunují nástěný hodiny. Je tu pátá a já dostávám od produkce zelenou, sedím,šlapu po Modřanské

straně a jelikož mám časový náskok, tak na otočku do Zvole a zpět k mostu, kde se sjíždí jeden skvost za druhým.....pozdravit,vyčůrat a počkat,až dočůrá Kolíkáč, když se zvedne Vltava o metr, my vyrážíme. Snažím se probrat taktiku na neděli,ale je mi odpověděno jedním slovem,hmmmm. Jsme na začátku kopce a zatím jsem pevně zabudovaný ve skupině zimní přípravy, chytám díru a tak si vystupuji a přizkakuji do skupiny s jarním temperamentem, jsem na chvostu a jen sleduji,jak se ve předu laškují a to že jim jde slušně, jeden nástup střídá další a je tu jeden ostřejší, líbí se mi to a když vadne, tak jdu do nástupu ze zadu já a ejhle, jsem sám, nikdo nemagnetí,co ted.....hold jsem se dal na vojnu, tak makej a to jsem si vůbec neuvědomil ve které části kopce jsme....jedu,tepy krásně poslouchaj a díky batohu mi netáhne na záda. Vytvořenou díru si kontroluji až ke kostelu, díky, ještě ráno jsem si myslel, že s takhle nakombinovaným kolem budu rád, když to vytlačím.....pak jsme se vyhoupli na kopec a s Barbánkem se s Vámi loučíme, posíláte nás zkratkou se slovy, ted do leva a pak do prava, posloucháme a to tak doslovně, že během 15minut vidíme u popelnice Quita s banánem.....ten nechápe a po malé poradě zahazují myšlenku na včasný návrat domů a společně pokračujem dál..... Opravdové loučení nastává pod Petříkovem a s Barbuchou na tehovci, pak domů každé za své.....díky,mělo to grády....

Camrda, 2016-04-26 22:37:00

Dneska to zkusím trochu zkrátit. Malina si back (!!!), o tom žádná. Na Zvoli nebyl morál na rovince zašpurtit. Na pětikopci už ani nohy... Navíc mě celou dobu pronásledoval žalostný pohled na budík, na kterém jsem viděl rychlost 12 a tep 190 (tuším, že v sobotu jsem nepřešel 182...), navíc taková kosa. Na Petříkově jsem si to sice pohlídal, ale pouze jsem hákoval a jel takovou tužku, že jsem čekal, že mě na tudy ještě někdo přeskochí. Asi budu muset trénovat cca 25x míň...

Pája, 2016-04-26 22:42:49

na bifečky to moc nejzdí..., byl jsem nějaké jantarovej. Mám raději chladno, ale tohle bylo pod bodem optima, nedokázal jsem se zmáčknot. Doma teplá sprcha na rozehrátí nohou a jiných údů. K večeri pro změnu sežeru všechno co doma máme napříč celým chuťovým spektrem včetně toho hořkého - večeri zapíjím jantarovou 12° od Bernarda, abych to stylově zakončil jak jsem začal. Příště zkusím jako Camrda ty pirohy...S tabulkou mu zase moc nepomůžu, protože první pětka jezdí pohromadě a mimo dohled od mého 6,7 případně horšího místa, tak příště podle předpovědi Dreamera zmoknem a pak už to bude v pohodě. Každopádně jsem rád, že jsem neskončil na trenážeru.

Dreamer, 2016-04-26 23:19:34

Asi jako vetsine se mi v te zime, vetru a hrozicim desti moc na kolo nechtelo, ale neponechal jsem nic nahode. Vcera vecer jsem si místo kola sel radeji na hodinku zabehat, protoze co kdyby to dnes nevyslo. Rano mokro, zima, jdu radeji na hodinu na rotoped, co kdyby to dnes nevyslo. Po obede destova prehanka ale radar vypada obstojne a zatimco na Panciri -2 stupne a 10cm snehu (v sobotu jsem tam byl na kole), v Praze je blaze, kdyz si to porovna. A tak vyrazim na 3Kopce, cesta po cyklostezce v protivetru hrozna, vubec to nejede, rikam si ze dnes si to jen tak objedu. Vetsina je na tom ale v myslenkach podobne, je ale super ze se nas seslo tolik. Na Zvoli volim vyckavaci taktiku, az nastoupi Cespa, na coz nikdo z nas nema. Ale jako vzdy, behem kopce se nohy rozjedou a tak nakonec tedy opet zavodime, nahore Cespu skoro sježu s Malinou, ale nejspis uz konec vypustil. Pak uz se mi jede dobre, neni mi ani zima, protoze jsem se poucil z minuleho tydne kdy mi byla zima a dnes tak neponechal nic nahode a vzal si kompletne zimni vybaveni, ktere se v tech 5-6st navecer opravdu vyplatilo. 5Kopec jsem si pamatoval z lonska, Ceska bohuzel nekde zabloudil nebo se odpojil a tak sleduju nastupy Maliny a Kolikace, se mnou Camrda a zpacatku Milhos. Cekam kdy se kluci vyblbnou, tusil jsem ze to nevydrzi do konce. V 3/5 konci interval Maliny, ve 4/5 Kolikace (ale chybel mu kousek aby to vyjel se mnou), tak jedu dal svoje konstantni tempo. Pri napojeni na hlavni prave prijizdi Cespa s Quitem, takze ono by to dopadlo uplne jinak, kdyby nezabloudili. Petrikov vidim ze jsou ostatni tak nejak zmrzli, zatimco mne je v zimni vybave prijemne a tak to jeste jednou zkusim v pulce kopce a prekvapive se udrzi jen Malina, Camrda a Milhos. Krasna tecka za dnesnim dnem, vubec by me pred vyjetim nenapadlo ze to nakonec bude opet takovy zazitek. Nakonec doslo i na podvecerni zapadajici slunce, navic k tomu zelena rozkvetla priroda v kombinaci s ledovym vzduchem, nadhera to sledovat!

Malina, 2016-04-27 12:02:12

Jak vypadá DreamerMalina rfcé koeficient dnes? Něco kolem 16. Co to znamená? No, že už to nebude úplně easy kamaráde! Už to nebude takový trencík, jak minulá jízdy. Zvole - pošťuchování Páje, ať potáhne a pak nahánění nášivek na batohu Čespy. Nástupy jsou zde. Tempo je nutné na balíkové závody. Tady je potřeba trhat, trhat a trhat, dokud to tendony snesou! Předlouhých 450 kilometrů jsem letos čekal až uvidím CT Nýrsko a CK Jažlovickou za sebou v bolestech. Chuďák Camrďák se již uvrhl k smrti. Vzpomněl jsem si na Alánka, jak ten když si dával k tomu dělal ještě ženské kliky. Nemám rád, takové ty pánicky, co za čarou ihned otírají pus, předpudrují čelo a říkají, že se "skoro i jelo". Opět jsem u kostela, opět poblitý až na kalhotkách, opět totalsrot, opět ne první. Ale vnitřní pocit, chuť a důvtip vyhrávají nad vysokým tempem, bolestí a vrčením se na sedle. Sjezd do Kamenného přívozu - oba zástupci CK Jažlovické na zádech, testuju spodní doraz kompaktních převodů 52/11.

Nemůžu si pomoci ale ty Gebhardy 53zubů na Spešl kliky jsou prostě potřeba. Takhle ve sjezdu je to takové onanie a kadence víc než 100 není pro gentlemeny. Pak gumárna s Předsedáčem v prďáku v Kameňáku. Kde, že se odbočuje na ten slavný 5ti kopec? 5xkopec je hned za přejezdem zde. Snílek ve vytahaných XS elastákách zde. Nejdřív odpadá. Pak Kolíkáč s Jirkou RCR tvrdí muziku. V závěru sólo na lesní roh v podání Dremera. Tempo vysoké. Nestíhám ho. Pak Kolíkáč na zobcovou flétnu a můžu do sprch. Jede se k nějakému stromu. No to je super poznávací znak v zalesněném kopci! Pak na hlavní Čespa s Barbusem. Quit projede okolo, skoro nám vyká a říká, že se nechá dojet. Mlhosholm dnes hlavou. Čekám na nejméně mezer mezi lidmi na čele. Dneska jsme hráli na škváře. Počasí to dost připomíná. Po zápase je v kolenou plno ran se zaschlou černou škvárou. Před zatáčkou si беру plastový kartáček s tvrdým fousem. Škváru několika tahy dostávám ven. U plotu ještě postříkat septonexem. To už ale vykukuje konec plotu a já si to mohu posypat dětským pudříkem, zatímco vzadu koukám po sobě máchají s laškami hydroxidu sodného. Tolik zápis ze zimního najíždění v okolí Talinu. Na pivo není teplo, peníze ani lidi. Díky kamarádi kolečkáři. Moc to bavilo!

P.S. Ví někdo, kdo je Colombova žena alias Lookas?

Barbánek, 2016-04-27 19:13:33

Stále obdivuji váš tah na bránu, je užasné pozorovat jak vám to lítá a mně nezbyvá než gratulovat k výkonům jaké podáváte!!! Pájo promiň za ohoblování zadní galdy, musel jsem se opřít jinak bych asi upadl. Těším se, že někdy s vámi odjedu celé kolečko, protože by to časově vyšlo stejně jako jet s Čespou k domovu, nechápu náš orientační smysl nebo spíše nesmysl, ale bylo zábavné potkat hudáka Quita jak tam somruje u popelnice s banánovou slupkou a tak ho vracíme zpět do pelotonu o body na Petříkově. Mně dal včerejšek moc a to hlavně, že jsem vás po dlouhé době viděl což je skvělé a mohl jsem aspon natočit další kilo i když jsem musel ještě o vesnici dál a pak se vracet aby to tam padlo. Tak se mějte Šlapáci

Kocour, 2016-05-03 21:26:57

Za dvacet minut mam vyrazet od baraku s Kolíkáčem a já ještě trčím u okýnka na poště, plyn, brzda, plyn, brzda. Hodit do sebe koláč, připravit pití, do kapsy něco k zakousnutí, ale stejně vám, že si to nestihnu snít. Dofouknout pár psů a hurá k Mama Car. Na Opatovské křižovatce se připojují Pirát s Profesorem a další tři kusy, na čas to ke zbytku libušské gruppy stíháme a už nás Pája neúnavně táhne do Dolních Břežan, počasí je super a v údolí je Pája zase na špici, aby mu ta energie nechyběla...! Na Zbraslavi tentokrát není narváno, ale slušný zástup dvojic je to pořád. Na Zvoli se začíná snad nejmírněji co pamatuju a vydržím obě zatáčky, pak zvedá zadek Dremer a já fixuju očima zadní kolo Piráta a víc mě nezajímá, 1km před cedulí se přesouvám za Profesora a tam vydržím až ke kostelu. Oproti minulému táhne jsem rychlejší skoro o minutu, ale Profesor je rozhodně lepší a o půl délky první. Hned svižně do Zahořan a následující kopec mi nesedí, sice není bodovanej, ale pro mě žádná změna, dávám si, ale udržím se dua PP. Za moment jsme v Davli (opět neúnavný Pája - velké díky) a pak jedu asi 200m podél Vltavy v popředí, Malinovo "HOP" mě nechává chladným a neúmyslně brzdím skupinu. Milhoš s Dremerem a ? si ho za 30 vteřin dospurtují, ale zbytek jede za Turistou. Zde se určovaly body na Závisti, ano toto rozhodlo. Od mostu se mi jede klasicky blbě a mám díru hned za kostkama, sotva točím, ale po pár minutách, když jsou všichni pryč se do toho dostanu a před Závistí v lese jsem mu za zadkem, jedu potichu jako myška a neurve mě ani ze sedla, pak si pustím bolest do stehén a pokusím se o spurt, Kolíkáč se provokativně ptá, jestli nepotřebuji pití a jídlo. "Ty vole já nestíhám ani ch\*át." A frčíme dál. Spadneme do Kamenného přívozu a přes Borek stoupáme do Jílového. Gumuju se jako hovado, poprskanej tachometr a do toho Profesor z vesela haleká "jenom 220wattů, musíme to nakopnout." Nějak to za ním domotám nahoru a přes Radlák mám temno. Blíží se spurterská premie, ale ještě předtím lehký šplh nahoru skrze Libeř, tady mi Kolíkáč ukazuje zkratku, ale vyjedu na stejném místě tedy za Profesorovým kamarádem Tomášem? Zatnu zuby a nechám se dotáhnout za Pájou, pak řemeslo v háku a před křižovatkou opět pouštím do stehén docela hodně kyseliny mléčné. Bolí to, ale tentokrát si to masochisticky užívám. Zde se rozdělíme a já místo s Kolíkáčem, jedu směr domov přes Břežany a Libuš za Milhošem, který nevytáčí nohy, ale upouští spoustu wattů, které mu zbyly ze spurtu. Hodilo mi to málem 80. Díky bylo to zase boží ... až jsem se z toho rozepsal (to abyste věděli, co se vám děje za zády, vy raketáři!) Malino nerozloučil jsem se, pozdravuj svého tréninkového partnera a hezky si to v Anglii užij! Ahóóó

Dremer, 2016-05-03 22:07:31

Malina si pozval kamarada který jakoby mu vykonnosti z oka vypadl a tak to byla dvojnásobna bolest proti dvema Malinikum, ale co vic si muze clovek prat? Kdyz uz, tak uz! Do toho dobre takticky jedouci Milhos a Paja, kteri se s nami svezli na Zavist a ke konci se po narocnem vikendu rozjel i Kolikac a svym vysokym tempem Turista, s ostatnimi jsem dneska moc nemel prilezitost pobyt. Diky tem nescetnym a necekany nastupum, ktere se konaly vsude krome jizdy z kopce, dnesek symbolicky prejmenovavam na Pohar tri kopcu a triceti deluxe intervalu!

Kocour, 2016-05-10 21:18:54

Dneska to bylo velice podarene, nekolik stalic sice absentovalo, ale krasny pocasi a. Tradicni tri kopce, mnoooo hodilo to myslim 8 nebo 9 kousku. Zvoli jsem vylytnul na samotku za 9:40, jestli se teda pocita most a kostel?!,

Krnany jsem se setřil, protože v me vykonostni tride byl uz jenom wattar Martin ze SR. Quit nas opustil pred Jilovym, skoda, ale rymicka byla proti a necejtil se. Od Krnan az do Kamenice poctive remeslo a ja nekolikrat potichu spitam, ze je to moc, nasledky jsem si pricetl sam, kdy me jeste pred Petrikovem odparali a ja zustal na ocet. Krizicka prisla, nohy odesly. Nicmene pak uz jsem se jenom pekne sklouznul s kopce a doma jeste obkrouzil at mam tech 90. Paja s Technikem mocne tahali a to prakticky od Libuse az pod Zvoli a druhemu jmenovanemu to nezabranilo, aby oblozil zbytek slapek! Zrejme kvalitni nocni breafing. Diky kluci, dneska jsem se bal, ale nakonec to tak hrozny nebylo.

Camrda, 2016-05-10 22:16:37

Pan Jakoubek dnes exceloval, všechna čest! Na Zvoli nám v půlce tradičně nastoupil a odjel Dreamer, ale Michal Plesník nás k němu kamarádsky, stylem pánovzě nastupte, posadte se a připoutejte se, protože za chvíli pojedeme rychle na rovince před kostelem luxusně přivezl. No pod kostelem za to vzal Technik takovým způsobem, že jsem ani nezahákoval a bral druhého fleka. Na Krňanech jsem si trojičku Dreamer, Technik, Michal nechal poodjet a jejich nástupy pozoroval z dále, no jo no.. . Na Petříkově za to bere Michal, kterýho hákuju, ale před rovinkou mi tam naskočí 2 m díra, kterou už nesjedu, ohlídím se a za mnou další slušná mezera a nastupující Technik. Plůtek se blíží, ale moc toho tam nezbyvá a hukot Zippů se zlověstně zesiluje, tohle si nemůžu nechat sebrat, když je Technik vedle mě srovnávám rychlost a posílám poslední zbytky wattů, málem se na konci zídky přizabijeme, ale není vítěze. Příště to už je holt na čipy a aby to někdo před náma objel s autem a na premiích rozbil koberec.

Dreamer, 2016-05-10 22:18:40

Ucast dneska vypadala ze bude slabši, ale nakonec se nas seslo vic nez dost, vctne premierove ucasti Risy Lobla z Axona, ktereho jsem na 3Kopce nalakal a podle jeho reakci v prubehu treninku chvilemi docela koukal, jak trenujeme! Nechybel ani vitez Kourimske 100 Michal Plesnik a do toho natesena dvojice Camrda + Technik. Ve Zvoli bylo videt ze chybi Malina, tak jsem za to nakonec vzal. Dokonce se mi pri vyjezdu z lesa povedlo dalsim nastupem odjet, ale Michal na rovince kluky za mnou dotahl, takze jsem byl po zasluze u kostela ospurtovan. Na Krnanech jsem za to vzal uz dole, ale Michal, Camrda, Technik, Paja se drzeli. Par dalsich nastupu a zustali jsme ve trech s Michalem a Technikem, ktery mel dneska "nohy z nebes" jak s oblibou rika Kolicak. Cedula Krnany se nemilosrdne blizila a do kopce to uz nebylo, i tak jsem zkusil nastoupit i na rovine, ale opet jsem byl Technikem ospurtovan, kdyz tedy nepocitame "nesoutezicihu" Michala. Potom se i bez Mlhose rozjela tradicni bolava cast po rovine a z kopce kde tahal Paja, Risa ale i Kocour co to slo. Petrikov jsem do tretice zkusil nastoupit a do tretice jsem byl ospurtovan. Ke konci tradicni nastupy, vubec tak nebyla znat absence nekterych stalic, dokonce i samotny Michal rekl, ze mu prijde ze se dneska jelo ostreji nez pred tydнем a to je od takoveho borce velka pochvala pro vsechny!

Jean, 2016-05-11 21:30:04

Po týdenní odmlce vyrážím k mostu, kde se oproti strohé komunikaci na diskuzi sjíždí pěkná skupinka. Všechny kopce jsou pro mne ve znamení: snaž se jak chceš, ale toho Páju si stejně ani jednou nedocvakneš... tak snad si alespoň v pátek ráno u Rokytky plácnem. Jelo se slušně svižně, až jsem z toho vytrhával kufry z pedálů a večer příjemně usínal s kilčem na třech kopcích v nohách. Za týden snad zase u mostu.

Kocour, 2016-05-17 21:45:53

Dreamer říkal, že to je dnes takové komorní a možná měl pravdu, ale já to dnes užíval, nejprve jsem nestihal a tak jsem je gule už na Libus v protivětru, pak s Quitem roztocil nohy ve vlastním tempu před údolí, tam se zaradit do vlaku směr Zbraslav, Camrda s Mlhosem roztocily převody, nabereme Dreamera a hura pod kopec. Visím, visím, gumuju se a odmenou mi je málem spurtersky sou o j u kostelíku. Mlhose o delku, Jean o pul, ale bylo to super. Vydal jsem se jako nikdy a další nebodované kopec jenom točím s Quitkem, kterej chudak bojuje s pruduskama, ale objel to statečně. Spadneme do Davle a nakonec je druhý bodované kopec ten zpatky stejnou cestou na Jilove.

Jedu s mr. Q napřed, protože my nemocíme, my nestiháme pit ani jíst. Za dvě minutky skacu za Mlhose a nastava peklo c. 2, ale už to není tak strasné, nespurtuji, ale kluci si to pekne praskli. Rádostí trefuju v nulové rychlosti Mlhose a valím se jako prase (na dlani bambule, zapesti poboliva a na kolenu krvava stopa jak padesatikoruna. Prej už muzu na závody. Pod Petrikov coby dup, ale na kluky nemám, trochu mi odjeli v posledním zvednutí silnice před zatačkou, ale poslal jsem tam nějaký watt, tak spokojenost velká. Domu už není třeba se setřit a tak parkrát podnikám jakési kockoviny a hura na Jizo, dekuji všem, dnes jsem tam skoro byl.

Camrda, 2016-05-17 22:27:35

I s takhle malou účastí se dá zahrát velké divadlo. Dreamer nachlazený, já taky, Mlhoš po nemoci, Quit chrchlá celou dobu. Na Zbraslavi si říkáme, že tady nejsou žádní echthovadáci, tak by to mohlo být v poklidu. Dreamer kýve s tím, že si jen tak zkusí Zvoli. Ve Zvoli kousek před rovinkou odjede a na rovince už ho nechytím, no co se dá dělat, dneska nebyl nikdo, kdo by mě k němu nějak pohodlně dovezl. Překvapuje Bažiňák, kterej to jede skoro



celý s náma. Z Davle do Jílového jede Bažiňák nádherný tempo, všechna čest, skoro se mi ani nechce z toho nějak nastupovat, ale cca kilák, kilák a půl před cedulí za to Karel bere a Bažiňákovi až skoro nefér odjíždíme. Cejtím se dobře, tak to Dreamerovi nechci dát zadarmo. Nastupuje co sto metrů a nejsou to žádná mikroskopická zrychlení, ale slušný palby pěkně od podlahy, po asi miliontým nástupu si říkám, že už toho musí mít taky dost a že na tom posledním hupu před cedulí Jílové už nepojede jak zvíře a já ho tam cvaknu, bohužel na Tčku před cedulí už jsem v tak dezolátním stavu, že nedokážu reagovat a Dreamer odjíždí, jsem na s.áč...Nahore pak při oddechu na odbočce ještě pozoruju krásný soubor o 4. místo a říkám si, že ani dnes to na Petříkově nebude jednoduché, protože Mlhoš evidentně na krátkou dobu umí z kopyt pustit pěkných pár wattů. No nic, jsme tam, dole to zkouší Dreamer, pak si slovo opět bere Bažiňák a prudkou část Petříkova jede celkem pekelně. Vyjždíme nahoru, zatáčka, 2.flek, nohy dobrý, tak teď už jen cvaknout, zavřít oči a trochu to roztočit. Na konci zídky jsem první a vzpomínám na tygra Jirku, tak tohle cinknutí bylo pro Tebe kámo! Pak už jen vyjet domů, kde Kocour ukazuje, že je den ode dne lepší a dokáže jezdit čím dál větší kaši... Dneska to sice cinklo s nejméně bodama, ale hrdina dne je Bažiňák, kterej nejen na přemiích jel nádherný tempo a bojovník Dreamer, kterej zase jednou ukázal, že umí i krásný nástupy, za který by nás i Jirka pochválil!

Dreamer, 2016-05-17 22:50:41

Po poledním caji s medem davam jeste jeden odpoledne a v hlave premitam jestli dneska na 3 Kopce dorazim nebo ne, pocity podobne jako pred Mamutem, hlava rika ne, srdce ano. A tak zatimco u Mamuta vyhrala hlava, dneska do toho jdu srdcem. Na Zbraslavi je nas 7 kousku, neni to spatne vzhledem k pocasi. Volim opet zimni bundu i rukavice abych alespon nejak eliminoval nachlazení. Do Vranneho jedeme spic s Camrdou a probirame dojmy z vikendu, po tydenni pauze je tu i Mlhos, takže by mohl byt cerstvy a pekne zlobit. V najezdu do kopce ceká trojice cyklistu, vypada to jakoby cekali na nas, ale jelikoz rozjizdim tempo uz odspoda, uz je nevidim. Za chvili jsme ve trech, opravdu dobre jede Bazinac. Nastoupim myslim ve stejnem miste jako pred tydнем, ale jak psal Camrda, dneska chybi Mr. Plesnik nebo Technik, ktery by tam zbytek dotahl. Pohledem na Stravu vidim ze jsem jel Zvoli jeste o vterinu rychleji nez pred tydнем a nejrychleji za posledni 4 tydny, takže i v mensim poctu to za to stalo. Nebo mozna jenom foukal vitr do zad, kdo vi! Tesim se na druhou premii na Sloup, ale demokratickou volbou se trasa lehce meni a jedeme z Davle na Jilove. Bazinac jede vysoke tempo odspoda a mam co delat aby mi to neujelo. Opet jsme zahy ve trech. Pak nastoupim a jsme ve dvou s Camrdou. Je mi jasne ze si ho nemuzu privezt k ceduli a tak volim variantu nekonecných kratkých nastupu, Camrda vsechny krasne pocktive chyta, ale ten posledni ne, tohle by si Malinak opravdu uzival a bylo to v jeho duchu! Nahore cekame na zbytek, pak se nestastne smota Kocour, ale nastesti je v poradku. Petrikov uz citim jak mi sily dochazeji takže na dalsi spurt nejsou nohy. Potom v protivetru zpět ku Praze, jeste par kratkých nastupu, potom cekani na Quita, ktery se asi z nas uz tesil nejvic domu. Slunce dneska jen symbolicky poslalo paprsek mezi mraky kamsi na zapade, ale i to se pocita. I ja citim uz docela chlad, takže se rozloucit s Mlhosem a Quitem a rychle s Jeanem pod Budejarnu a domu.

P.S. Camrdo kousek od mista kde se loucim s Mlhosem, je to myslim uz na Videnske, nekdo prodava vilu 7+2, tak treba by te to mohlo zajimat!

Mlhoš, 2016-05-17 23:04:56

Dnes jsem vyjizdel po tydenni pauze na 3 kopce s otaznikem, jak to po rymicce pojede. Navic kosa, ktera bere sily. Ale zase na druhou stranu cerstvej vitr ze zapadu, kterej udelal casy obzvlast z Davle celkem lichotive. Nakonec se jelo prekvapive slusne. Pres klasicke proslovy o pohodovem tempu se pri klasickem nastupu Dreamera ani nesnazim zvednout a jedu si svoje tempo, abych moc netrpel ani se neflakal. Je tu i Jean a taky pozor, Kocour vystrkuje ruzky a dojizdi prilepen s nama az ke kostelu. Cas 8:49 sem pisu pro Kocoura, mozna si vylepsil svuj rekord a bude s nim jeste cim dal vetsi legrace. Citim, ze na tu zimu a muj stav nohy vcelku jedou, nemuzu si stezovat. Sloup opet vypoustime,, jak se to da zkratit, vzdy se najde nekdo s dobrym napadem se tomu vyhnout ;- ) Snad to letos jeste nekdy dame... Na Davli bych se rad zmacknul vic nez na Zvoli, ale po prvni rovince Bazinac + 2 Karlove odjizdi. Nejde to vic. Tak drzim aspon tempo a opet se opakuje situace ze Zvole. V zavesu Jean a opet Kocour. Z Jeanem se parkrat protocime, nechce se mi to tahnout cely. I tak mi stejne na konci nastoupi a to teda ne, odtahl jsem si vetsinu, tak ve spurtu si to vzit nedam. A hrdinou pro me opet Kocour, kterej to cely uhakoval a to ten vyslednej cas (i kdyz s vetrem v zadech) je velice slusnej...Na Petrikove celkem klasika. Kaju se mi dari hakovat, ale na zrychleni pres to neni, takže fajn, druhej flek se pocita. Pres tu zimu a ocekavani po vynechani to bylo opet supr, i v komornim obsazeni... DIKY!

Jean, 2016-05-17 23:36:50

Dnes ve znameni famozni jizdy Kocoura. To neni zadny kocourek, ale poradna selma. Ten kdyz vam zasekne drapek do zadnice, tak uz nepusti. Na Zvoli chvilema jen tak tak visim za Mlhose a za mnou potichouнку naslapuje do pedaku Kocour a je tam porad, i u kostela, kde to neuspesne zkousim na Mlhose, tam Kocour je. Podle stravy muj druhy nejrychlejsi cas, takže jsem to dnes neflakal a Kocour taky ne. Jilove se jede hezky od Davle, opet sotva chytam Mlhose a opet stin Kocour. Na ceduli Jilove zkousim nastoupit Mlhohosovi, ale spravdnost existuje a

vadnu jako tyden stara kopretina... za nami opet nezdolny Kocour. Na Petrikove uz poslednich par metru svesim, ze si to dotocim, ale pri pohledu za sebe se musim jeste zdimnout, pac drava selma se nebezpecne blizi. Nevim co v te Jazlovicke zobou, ale chci to taky Pekna kockovana to dnes byla..

Bažináč, 2016-05-17 23:42:47

Potřetí jsem se dostavil na vaši úterní kopcovitou vyjíždku a využil malé účasti k tomu, abych oslavil toto malé jubileum třikrát třetím místem na premiích. Na Zvoli jsem byl bujný a pověsil se za Dreamera a Camrdu s ambicí udělat si osobáček na stravě. Podle očekávání mi oba borci záhy ujíždí u výjezdu z lesa a zbytek dojíždím sám. Z Davle do Jílového se opět snažím jet peprně, a tak se dostávám do čela. Je to dobře kvůli sponzorům, že jsou svérácké barvy takto vidět, říkám si. Nicméně je mi jasné, že Karlové za mnou si mě dřív nebo později udělají na kmíně. Nad Petrovem se zvědavě ptám, jak jsou na tom kluci s tepem, protože mám nového garmina s jsem fascinován údaji, které poskytuje. Chci mít srovnání! V dalších sekundách už monochromatický displej mého nového aparátu ukazuje závratné hodnoty, když se marně pokouším zachytit Karelskej nástup. Zůstávám sám, a protože Mlhoš s ostatními jsou relativně daleko, mohu si zakontemplovat v příjemné doubravě před Jílovým. Shledávám, že dnešním deštěm stromy značně pookřály - tak jako pookřávám já, když už nemusím jet takovou kudlu. Pod Petříkovem se opět nešikovně dostávám na čelo a snažím se jet co to dá. Ještě než se kopec začne srovnávat, začínám hnit a komíhat se na kole jako holub na báni. To už mě zprava brutálním tempem předjíždí Camrda a za ním Mlhoš. Každopádně díky, že jsem se s váma Šlapkama zas mohl svízt. Bylo to opět zábavné a užil jsem si to. Sám bych za normálních okolností v takovém počasí nejen že nejezdil ostře do kopců, ale dokonce vůbec ani nevyjel. Spíš tak ležel na kanapi, nalezval se pivem a fedroval křupky.

Turista, 2016-05-31 22:43:30

Po prestavce zase trochu na kole. Bez formy a bez ambici zato odpoledne s poradnym spozdenim jsem vyrazil místo na sraz rovnou nahoru na Zvoli. Typ pro Kocoura, usetri to spoustu casu a sil. Na Zvoli pomalu po trase s tim ze mi Orange vlacek nekde nabere. Kamenna vrata v klidu abych se nezacakal a nad Davli jsem uz pockal na Posazavsky expres. No a pak uz jen uzivani si podvecerni romantiky v kolektivu ostatnich souvercu. Slunicko, zelena pole, modra obloha s dramatickymi oblaky, a vicemene suchy asfalt pod koly, co vice si clovek muze prat. Snad jen trochu lpsi nohy a vice casu si to vse uzit. Dnes jsem to pojal rekreacne relaxacne, ono by to stejne ani jinak neslo, a mozu rict ze Tri kopce bez bodu a zavodeni take maji svoji krasu, obzlast kdyz je tak hezky. Diky vsem za tu, jak Kolikac rika skupinovou terapiji, zase se citim ze ziju

Dreamer, 2016-05-31 22:55:56

Ve 3h prutrz mracen, kroupy, vidim to jednoznacne a sice ze dneska nebude nic. Jeste v 16:50 sedim na schuzce v praci a modlim se at uz skonci, protoze z okna vidim ze silnice osychaji a je videt i kus modre oblohy. Nakonec tedy vyrazim ke Zbraslavi. Sjezd k Vltave zasekani auty uz od Budejovicke, propletam se mezi auty a mam co delat abych to k mostu stihnul, protoze i cyklostezka pripomina po te prutrzi spis cyklokrosovou trat. Dorazim nastesti vcas a za chvili je tu dnesni sestava, nechybí nikdo z tech co jezdi pravidelne, navíc je tu i Michal Plesnik, kdyz ho vidim hned se mi dela spatne, to zase bude dnes bolet! Dorazi jeste i Kocour a tak vyrazime do Vranneho. Nastupuje Kolikac, vikend mel bez zavodu a tak si to chce uzit a potrapit nas unavene zavodniky. Do pulky jedeme ve 4 jeste Camrdou a Technikem, prekvapive tu neni Michal P. ktery anoncoval ze dneska opravdu jde jen vytocit nohy. A tak se rozhodnu ze otestuju moje nohy, zda se mi ze dneska by to slo. A ono to jde, chvili jedu srot a je tam hned mezera, kterou zda se nikdo nesjede. Jede se mi dobre, tak drzim tempo a uzivam si to a jedu naplno az ke kostelu. Jedine vysvetleni je ze mi v nohach zustala zbytkova rychlost z nedelniho Suacu, kdo vi! Druha premie je Sloup, letos poprve, takze si uplne nepamatuju presny teren, kdyz ale vidim ze je to prudke hned dole, tak neni na co cekat a zkousim odjet uz tam. Coz se taky dari a i kdyz se to pak trochu srovna a kluci jedouci s odstupem v haku maji vyhodu, dojet se jim me uz nepodari. Je nadherne, sviti slunce, vsichni uz zapomneli jake pocasi bylo pred par hodinami. Pak se dokonce i fotime (tesim se na foto!) u zeleného pole a protoze je to zpatky jeste kus tak musime zase jet. Obcas na sebe pocame, obdivuji Kocoura ze do toho jde takhle po hlavě! Kolikac si da nebudovany interval na Zavist, tak mu jdu alespon do haku i kdyz to hodne boli, ale kdyz uz se jede tak je to potreba vyuzit. Pak uz je najednou 8h a jeste nam neco chybi do Petrikova. V lese pada opar, lehce se ochlazuje, silnice jsou jeste mokre, ale Petrikov je tu a s nim tradicni spurt s tradicnimi vysledky. Konec opet v euforii ze se to dnes povedlo, jeste ve 20:50 nas pozdravi zapadajici slunce mezi mraky a nekdy ve ctvrt na deset konecne dorazim domu! Letosni nejdelsi asi i nejhezci 3 Kopce a pritom to vypadalo ze zacatku uplne jinak!

Camrda, 2016-05-31 23:02:56

Počasi teda dneska fakt vyšlo, možná až moc, takže jsem v tom zatepleném dresu dneska vypotil poslední zbytky alkoholových dýchánek v minulém týdnu. Nicméně Zvole tradičně odjíždí Dreamer, tahá Kolikáč, snažím se aspoň na chvíli vystřídat, za Dreamerem nás obkládá nestřídající Technik. Na Sloupu dole Dreamer prohlásí, že to, že je to prudký neznamená, že nepojedeme rychle, visím aspoň za Kolikáčem, snažím se mu trochu odstřídat, ale Dreamera stejně nesjedeme no a na Petříkově Technik potvrdil, že do těch spurtů fakt jít umí, takže palec nahoru!

Díky všem a speciálně Mlhošovi za výběr dnešní trasy, tolik jsem se na ten Sloup těšil a s klidem můžu říct, že to předčilo veškerá očekávání. A ty Filipe dnes dlouho nesvit' ať jsi zítra fit do bazénu a na odpolední běh .

Kolíkáč, 2016-06-01 08:50:28

Kdeže jarní snehy jsou, na rozlitané hosanky už nic nestací. Snad jediné Vysněných přes 11 000 kilometrů! Brezanským se poradně začkat, u mostu nabrat Dreamera a Kocoura, který si nás famózně docvakne. Zvolí zkusíme hned odspodu, ale Camrdu s Technikem nelze setrast, ani nechteji točit při sjíždění Snilka, prostě tvrdá rezba o body! Sloup jsem si trochu spletl cedule, takže jsem byl nalezitě ztrestán od dlouhého nosu. Nebodovaný zaver Zavisti trocha nadeje v haku za Dreamerem, fakt mu to lita. Krasný povrch přes Krhanice a hura na Petrikov, kde malém Technik vítězně zkroutí svoji hlinu do osmicky. Pak se proletet večerním chladem a dymem z dymovnic z okolních polí do svých domovů. Krasně to bylo, sice bez bodu, ale užil jsem si to, ten Čespuv terminus technikus "oranzová kolonoskopie" je prostě parada!

Mlhoš, 2016-06-01 10:06:33

Tri kopce pokazde necim prekvapi. Vcera, ze se pocasi umoudrilo, i kdyz to odpledne dlouho vypadalo blede. Pak na srazu sama esa, ze jsem si rikal, ze si to jako posledni pekne vytrpim. Pak se u mostu zjevil v posledni sekunde Kocour, který mi napřed dal nadeji, ze by to tak byt nemuselo, aby mi pak na Zvoli nejdriv nastoupil a nakonec ospurtoval a byl jsem tam dle puvodniho planu pekne posledni. Pak se zmordovany nohy malinko rozjely (nebo uz ostatni tak nejeli) a at uz byl kopec bodovanej nebo ne, jel jsem si svoje a zas tak blbe se uz necitil.. Pak zkratka pres Krhanice s krasnym asfaltem byla bonbonkem, kterej musime nekdy zas zopakovat, treba i v opacnym smeru. A krasne vyhledy s mlhou u Vltavy, v polich nad Petrikovem nebo rozhled po kopcich nad Sloupem z techto vyletu dela velky pokochanicko... Diky, bylo to super...

Technik, 2016-06-01 17:40:45

Vy zvířáci!!!! Ježíši to byla nádhera včera... Jako už tradičně stres v práci vystřídá stres z toho že nechytinu orange grupu na kruháči... Tentokrát se to povedlo... K tomu mi veškeré cukry vezme Zvole a tak splín z farchy se podaří setřást až za cedulí Sloup. S váma je to pěkná Itálie dragouni! Za chvíli jsem v euforii... Večerní slunce protáhne stíny a oblé silueta Vrchoviny kam oko dohlédne mi dávají jasně najevo, že naše vlast je jen jedna. Je to krásnej pocit tohle zažívat a k tomu s orange hovaďákama co neskazej žádnou prdel... Cestou proberem spoustu záležitostí, když nejvíc zaujme ta Camrdova o princeznu z pohádky Tři veteráni... Teď jsem to vygooglil a jména hlavních postav: dragoun Pankrác, dělostřelec Bimbác a vojenský kuchař Servác skoro svádějí k překřtění některých našich členů. Camrďák Bimbác to by šlo :) navíc jeho slipy generují panáky Jaegera... Kluk jako z pohádky!

Dreamer, 2016-06-08 09:43:36

K mostu přijíždím o pár minut drive tak se jeste rozjízdim po silnici, dokud nevidím v protisměru orange vlacek, který tahne Turista, o kterém dneska jeste hodne uslysim. Chvilí mi trva než mi za mnou jedoucí auta dovolí otocit se do protisměru a tak si ostatní sjízdim polovinu cesty do Vraného, no dobre, první intenzitu mam jeste před kopcem. Až v najezdu do kopce se stacim pozdravit s Mlhošem, Kolikacem, Pajou a zbytkem. Jen si všimnu ze tu není Camrda, Technik ani M. Plesník a kde ze lonské snehy takového Jirky RCR jsou? Nuže dobra, k nastupu se nikdo nema, jdu tedy na spic ale ani to není nastup, spis jen tak odstridam a poodjízdim. Když vidím mezeru tak jedu dal, proč toho nevyuzit uz dole? Za chvíli za mnou nikoho nevidím a to si drzim az nahoru, kde předjízdim neznameho cyklistu při vyjezdu z lesa, který me asi na 30vt předjede, ale pak svesí nohy. Chvilí cekam na zbytek a pak jedeme dal, nahore stojí nekdo ve VS dresu, ale neznam ho. Z Kolikace pada ze uz dal dneska kilco s Kaprem, tak hned glosujeme ze dneska mu to da konecne taky dvoukilo. Mimochodem ja uz dvoukilo nedal ani nepamatuju! Kamenna Vrata se nejedou na body, ale nechci jet uplne turisticky (nepřest s "Turisticky"), tak poodjízdim. V druhé pulce me opet předjede nekdo neznamy docela vysokým tempem, v duchu si rikam, ze ho orange vlacek za mnou poslal schvalne. Hakuju ho a před krizovatkou nahore mu jeste pro jistotu nastoupim. On pak pokračuje na Jilove, my padame do Stechovic. Tam na rovince rozjedeme poutivý vlacek, většinou jsem na spici a uz je tu Stechovický kopec, který moc často nejezdim. Slibuju Kolikacovi ze to pojedeme tempem, bez nastupu. Toho se drzim, ale Paja je proti a nekde v pulce nepekne nastoupi. Kopec je ale dlouhy a tak nakonec poodjedu i svoji tempovou jízdu. Uz to tedy ale poradně boli, vsechny ty intenzity, zavodni vikendy, behani, zacina se to scitat, dej si pauzu, dej si Kitkat! Sjízdim ke Slapum kde zacina uradovat Turista. Kochame se vyhledem na prehradu. Konec si uz tolik nepamatuju, protoze Turista rozjízdi pekelné tempo, kde staci trochu se zapomenout vzadu a uz ten vlacek odjízdi. Kolikac ma defekt, rekl bych premierovy defekt na letosnich 3 Kopcich, coz je dobre skore. Diky skupine je za par minut opraveno a jedeme dal. S Kolikacem se zapomeneme vzadu a protoze je na spici Turista ... skoda mluvit! Ale díky tomu jsme docela včas i na Petrikove a ztrata z defektu je dohnána. Rozjízdim spurt ale na Mlhoše a Profesora uz nohy opravdu nejsou. Zaverčný let k Praze před 21h je opet plný dojmu, krásné krajiny a pocitu dobre odvedene prace! Sice nas dnes nebylo tolik vzhledem k idealnimu pocasi, ale zase to byla nádhera, na Slapy se moc často clovek v tydnu po práci nepodiva!

Turista, 2016-06-08 20:33:18

Vcera zase jeden krasny letni vecer který bude v pameti hrat az se zima zepta. Ucast znamich tvári, i tech neznamich. Slapska Italie nemela chybu. Jelo se mi tentokrat vyborne. Kdyz jsem si delal piti, tak nebyla stava, napadla mi myslenska nahradit to rozpustenym medem. Cista glukozu mi evidentne sedla. V zaveru jsem potestoval FTP, a krasne mi to fungovalo, kdyz clovek jen trochu prida nad urcitou wataz tak je citit jak vadne, staci jen lehce ubrat na tu spravnou mez a sila se vrati a da se tak jet pomerne vysoka intenzita po dlouhou dobu. Patřilo by to asi do jine rubriky a nahodou jsem prisel na tip pro zlepšeni vykonosi. Kazdy asi zna ucinky cervene repy, obsahuje Nitraty a podporuje tvorbu oxidu dusneho který mino jine zvisuje anairobni prah. Nahodou jsem prisel na clanky a studie ohledne vlivu aminokyseliny Citrullin. Ve vysledku ma lepsi ucinky nez cervena repa, není to Nitrat samotny ale v kombinaci s jinými aminokyselinami prudkuje primo jeste vetsi mnozství NO s prislusnym ucinkem. Takze zkratka, misto repy jezte melouny, hlavne slupku lepe vam to pojede ve vysokych intenzitach a budete lepe regenerovat. Pripadne zkuste zagooglit 'citrulline watermelon' zajimave cteni.

Kolíkáč, 2016-06-10 15:45:33

Po dvou vikendech bez kola jsem dostal jasne noty od Trenera Stariku:"Pekne se ztrestej!" S Kaprem na kecacku si opalit do ruda stehna a ruce a pak na 3 kopcich hlavne na Slapaku zkusit uviset Dreamera jako pripravu na nedělní Peklo. Vse se podarilo dokonale, jen by tam nesmel uradovat Turista, který nám mezi kopci pekne natahoval usmevy. Zvoli jsem vyckaval, kdo to nervove nevydrzi, letos na Dreamera to znovu není, tak jsme ho nechali plavat dopredu . Ja jsem si tahnul za sebou prekvapive ziveho czechmana Paju a Turistu. Furt jsem si myslel ze setrim a setrim na jejich nastup u kostela, ale zjevne posetrili vice a spravdlive me obložili Pred Slapakem jsem kleknul pres Snilka na kolena at nenastupuje a jede tempo, at si uzijeme s nim co nejdele vrcharskou symfonií. Tak to dodrzel, jen ho pak rozdradil znovu Paja (ktery snad jel v neoprenu, jak mu to litalo) a to jsem jiz jen ztezka visel za oci, no minimalne 50 metru mi nakonec Dreamer dal. Lago di Slapy nezklamalo, paradni vyhledy a zuriví motorkari, proste podvecerni idylka. A pak uz jsem jen trpel, nastesti defekt a suk na jeden hlt mě trochu postavil na nohy, bejci díky za pockani a za pomoc pri oprave! Pak uz jen zavrit oci a tupe hakovat masinu Turistu s rozjetym mlcicim vlakem na Petřikov. Na Herinku chvilka zavahani a ja uz jen mavam, krasny to pohled treba na Pirata, jak si jeste dokaze nastoupit a sjet d'ouru, ja jsem okoralej, jak opodal vonici Babisova pekarna. Bejci ale pockali a dopravili me k Opatovu, kde me zacnou okusovat krecci. Jooo Trenere, Tvoje prani je mi rozkazem, ale takove trestani jsem si snad nezaslouzil moje papanicko

Kocour, 2016-06-14 21:20:29

Melouny, nemelouny ... horizonty mam tragicky. Dneska jsem se nepredvedl vubec ono taky bejt za mesic po treti na kole není nic moc, ale stejne se mi to libilo. Nez jsem vyrazil sezral jsem tri kousky melounu i se slupkou a rikal si, ze mi to potahne jak turistovi, ale nevím kolik toho basti on, me to evidentne nestacilo, Cespa drtil sveho horskeho ore, Camrda ukazoval, ze je stale ve vyborne forme, Dreamer klasicky udaval ton do kopce. Lisak Technik je proste Lisak. Milhos upoustel postupne wattly, Profesor sezral nejaky meldonium, Kolikacovi se nejspis upise nejaka nova slapka a zodpovedne na me cekal a nevím jestli jsem na nekohe nezapomnel

Camrda, 2016-06-14 21:45:04

Opět ve zkratce, protože láska, mně ubývá sil... . Libeř ze začátku tahá Čespa na mutantovi, v háku je to pocitově dobrý jako tempo, ze kterýho se blbě nastupuje a taky proto, že jedu v háku a Čespa na mutantovi s baťohem na zádech, když to tempo dává víc jak půlku kopce, valím oči z důlků na jeho stojánek připevněný na rámu u zadního kola, ale v tom, už nastupuje Dreamer, Libeř není prudká tak si říkám, že bych si to neměl nechat ujít, hákuju a už si mě tam veze..., ani nástupy nepomáhají, je to málo prudké a relativně krátké, u křižovatky jsem první. Krňany jsou horší, ten jeden relativně prudký úsek nemám rád a Dreamer tam už po druhý nastoupil. Technik hákuje a já jsem si to docvaknul, ale stálo to hodně sil. Jakmile Dreamer slyší, zvuk mého ořechu nastupuje a znovu a znovu až mě tam vyklepe, Technik drží o chvíli dýl, ale čeká ho stejný osud, já se tak tak bráním ataku hlavní skupiny a hájím 3. fleka. Na Petřikově podobnej scénář jako při minulé účasti Technika, jen dneska jsem měl pocit, že kdyby zídka byla o 50m dál, plavaly by v rybníce... . Každopádně Turistovo tempo mimo prémie, hlášky všech a prezidenta obzvláště nemají chybu a dělají kopce kopcema. Těším se zase na příště!

Mlhoš, 2016-06-14 22:09:02

Dnes jsem si kopce zas moc uzil. Je to proste super. I kdyz v kopcich to na body nestaci, tak pocitove se mi jezdi dobre a ani casy nejsou tak zly. Jen na elitaky to nestaci. Ale ten casovej odstup není zas tak velkej, takže jako magnet to funguje. Taky musim slozit poklonu Profesorovi, kterej se neustale zlepšuje a taky Turistovi, kterej jede furt tempo, jak lokomotiva, a vyjet Babice v haku nebylo zadarmo ani trochu... Krasny svezeni v krasnym pocasi v luxusni spolecnosti. Je to parada, takhle se vyradit. DIKY, panove!!!

Profesor, 2016-06-14 22:40:31

Super trasa dneska Mlhoši. Co se mě týče, tak jsem spokojen, že ty odstupy od elity se zmenšují a domu nepřijzdím domu už tak hotověj jako dřív. Hlaska dne, když jsem dojel Turistu v uniku a říkám mu: "tady jsme jeli minule" a on na to "nojo ale to sme jeli, ted se plouzime" :)). Zkusil sem si chvíli s Turistou interval na rovince a po 7min sem měl dost, on by urcite jeste vydrzel i vic - mel si dat prezdivku Mašina.

Turista, 2016-06-14 23:02:12

To dulezite už bylo receno tak snad jen kratce. Opet parada s partou bezva lidi. Dnes se mi jelo pocitove spis prumerne, nohy z nebes to nebyli ale cisla jsou prekvapive dobra. Na Liber se mi jelo vicemene dobre ale nechal jsem tam dost sil, a Krnany jsou hned za rohem tak jsem se nestacil vydechovat a jely se mi spis spatne. Na Krnanech spadnul vsem kamen ze srdce že to máme více méne zasebou a nastala ta spravna podvecerni uvolnena nalada, kochacka, zivacka, flakarna. Na Petrikov jsem si řekl že to tentokrat zkusim, aspon nebyt posledni a ono se to docela povedlo. Nastupy jsem pochytal, nejak to uvysel, a v zaveru jsem predjel i Dremera. Kdyby se v protismeru na urovni zastavky neobjevilo auto mozna mohlo byt i o neco lepe. Petrikovsky expert, Pan mistr Mlhos mi vyslovil pochvalu, tak si toho cenim. Ty melouny už asi zacinaji fungovat. Jak bylo receno, i me uznani patri Profesorovy, uzasne se zlepšuje, když jsme se na jare bavily na Zvoli o nejakych vykonech co je schopen jet tak ted je tak o 60-80w vyse, nechapu. A nejvetsi uznani zasluhuje Kocour, porad nam jeste nedal kopacky a zkousi to dal. My si davame když chceme, ale on si dava celou cestu aby to uvysel, klobouk dolu.

Kocour, 2016-06-15 00:54:21

Moje odmena je, že na me cekate a nenadavate. Pokusim se vydrzet a ono se to pak o par minutek zlepší, dneska mi doslo v brdcich nekolikrat tesne pred horizontem, ani naskok pred Krnanama nepomohl. Fakt si davam a nekdy i vic, ale jsem za to stastnej, pro me vytecnej trenink.

Kolikáč, 2016-06-15 07:53:44

Presne tak, jiz jsem jen na ty hlasky, ovsem jen když najdu molekuly kysliku Panove nastupuji a obkladaji, když se jim zlíbí a navíc tam jeste hrebinek srazil jeden typek na horakovi se stojankem. Jeste že CK Jazlovicka drzi pri sobe a dokazeme si vychutnat i pohled do krajiny, na zapadajici slunce, na posecenou travu, na to krasne leto, které za chvíli začne. U me mají obdiv borci co o vikendu zavodili a v utery si znovu dokazali sahat na dno zaludku ... hold ty body delaji divy

Dreamer, 2016-06-15 15:05:01

vcera poprve letos nikoliv na Zbraslav, ale na Kunratickou, zjistuju že dopravit se tam mi zabere pulku casu, ale to je asi jedine pozitivum, misto na holky na bruslich bruslim mezi auty na Videnske. Ale na miste srazu jsem a sestava je vic nez vypecena. Na druhe strane silnici je nejaký cyklo turista na biku, z ktereho se vyklube Cespa! On me a Turistu taky nejdriv nepozna, nojo ani jeden z nas nema orange dres. Pak už se jede smer Liber, prijemne si povidam hlavne s Cespou, preci jen je to udalost mit ho tu. Na Liber jde na celo Kolikac a pak udava tempo Cespa. Jsem slusne unaveny po vikendu, mozna ani ne tak po sobotnim zavodu, jako po nedelnim treninku, když jsem zmokl a zmrzl kdesi v sedle pod Arberem v kratke ale vyzivne prutrzi. Cespovo tempo boli ale preci jen ho limituje kolo a tak najdu jeste silu nastoupit z tohoto vysokeho tempa. Cekal jsem že se mnou zustane vic lidi, ale mam tu pouze meho jmenovce. Drzi se mi pekne, snazim se ho utrhnout, ale neda se a premie je jeho, po zasluze. Nahore chvíli cekani a už jedeme smer Krnany, kde si chci spravit chut. Tak zase pekne na celo, dojet Kocoura který si na zacatku poodjel, abychom na nej nemuseli tolik cekat. Krnany jedu skoro cele na cele az zustanu s Technikem a Camrdou. Zezadu se ale blizi neunavna Turista grupa se svym strojovym tempem. Dalsi nastup, Camrda pryc, tentokrat se drzi Technik. V poslednim hupu to jeste zkusim a dari se a pro premii si tak dojedu. Mam dost, mam odtrenovano, ted už si to chci jen uzivat! V domneni že už pojedem primo na Petrikov říkám že to dneska bude o neco kratsi, coz mi nevadi, protoze nemusim pokazde dojizdet po 21h. Ale to se pletu, nez dojedeme na Petrikov tak jeste jedeme oklikou kde jsme minuly rok take už jednou jeli, vybavuji si scenku se zurivym ridicem, který nas tu tehdy vybrzdil, zastavil a chtel se s nami snad prat. Opet uraduje Turista, uzivame si sumavskeho vzduchu a mirime na Sprint de Petrikov. Pred nim se odpoji Cespa, zajimalo by me kolik natocil, protoze bylo skoro 20h a mel to domu udajne 50km, tak to mel asi co delat stihnout to tmy. Nikomu se tradicne nechce, tak se tradicne zhostim role rozjizdece a tradicne me to preleti ani nevim jak. Konec se nese v zapadajicim slunci, nasazuji vestu a navleky, ale jak prijedeme do Prahy tak se opet otepluje, tak si jako bonus jeste sjedu k Vltave, sundam navleky a dam si Jeremenkovu nahoru, aby to hodilo 100 km, takovy den si to zaslouzi!

Mlhoš, 2016-06-22 07:21:29

Včera bylo všechno jinak. Napřed kvůli fotbalu, potom však v kopci na Zvoli sejmulo auto Tomáše alias Piškina. Auto se rozhodlo zahnout doprava na cestu a řidič tvrdil, že si nevšiml, že vedle sebe někoho má. Tomáš spadl (osobně jsem neviděl), ale naštěstí se mu nic nestalo (a zbytek trasy pak dojel), hlavní šrám utrpěl duál. Pak jsme víc než půl hodiny stáli a lavirovali mezi sepsáním protokolu a zavoláním policie. Hodně pomohli Čespa a Kocour

a nakonec to skončilo sepsáním protokolu pro pojišťovnu. Dál jsme zkrátali trasu jen na Jílové, Skalsko a Petříkov. Pája snad dodá výsledky . Tempo tahal hlavně Čespa v závěsu s Bažináčem, hezky se držel nový host Vašek v dresu Bora na Argonu hodně pod UCI limitem. Taky nesmím zapomenout, že se na nás přijel podívat Míra a tak byla účast všech VŠ Czechmanů. Počasí bylo luxusní, teplota ideální. Fotbal jsme stihli nakonec s rezervou, ale jak to dopadlo víte už sami... Konec hlášení...

Kolikáč, 2016-06-28 22:43:56

Jo tak na dnešní 3kopce nikdy nezapomenu! Takovou "tezkou" oslavu narozenin jsem jste nikdy nezazil! Hned od startu pozoruji novou modu, a to že asi 5 borcu má batuzek. Jeste si strilim z Camrdu, že se už pomalu přestehovová do nového utociste. Dnes to mydlime na Cernosice, do Revnic, kde se velí k menší zastávce. S překvapením koukam, že mě vsichni obestoupili a začínají mi prát k narozeninám. Jsem dojat, jste že mám sluneční brýle a není vidět ten lesk v očích ... ale když začnou vyťahovat vsichni dárky v podobě domácích marmelad, medu, červených rep a jiných cyklistických pochutin jdu do kolen!! Tak proto ty batohy! Tukame si medovinou, obsluha z blízka kavárny neverí svým očím. S radostí si беру jeden batoh a vkladam do něj drahocenný naklad. Bejci, na to se nezapomína, moc a moc dekuji všem! Revnicák a další brdky se staly krásnou oslavnou jízdou, v tom batohu jsem si vezl všechny vzpomínky, co jsem díky vám zazil! Díky moc moje Slapky, mám vás rad!

Camrda, 2016-06-28 23:10:17

Jo musím říct, že cestu pod Řevničák s hulákajícím Kolikáčem za zády jsem si fakt užíval, slyšet: "Se stěhuješ, nééé?, první půlka bytu, nééé", nebo "máš nověj baťoh, nééé", no jo klasický Kolikáčovy..., akorát netušil, že v tomto případě jsou na druhou, protože v Řevnicích jsme si to zase užívali my. No sice to dnes nebylo to úplně pravé úterní mistrovství vesmíru, ale i přesto jsme si to na premiích užili. Přidal se k nám nový cyklista jménem Karel v bílém Pearl Izumi dresu, který Dreamera na premiích nejen celkem slušně trápil, ale mimo Petříkova (nevím jak to tam dopadlo) všechny vyhrál. No když jsme se na Šeberově schovávali před bouřkou v zastávce tak po optání body nepohrdne a zkusí se zastavit vícekrát. Bohužel ještě nemá žádné zkušenosti se závody a možná (tak trochu tipuju) by třeba nějaký vyzkoušel, třeba v oranžový (???), Kolikáči? No příště prý už nebude vytlačovat Mlhoše z háku, ale na horizontech bude asi zase hodně rychle.

Dreamer, 2016-06-29 10:00:26

Po pauze minuly týden zpět na 3 Kopcích. Po víkendových dvoukilech a bez závodu jsem netušil co od sebe čekat, ale už když jsem jel na Zbraslav, vedel jsem že dneska to pojede dobře. A to se potvrdilo. Na mostě velká sestava, navrativši se Malina, k tomu přijel McHammer a chystala se velká akce pro Kolikace, o které pár lidí vedelo. V Revnicích tak zastávka, gratulace, medovina, moc hezky to bylo! Revnicák do pulky s Kolikacem, pak nás vypustil dopředu a rozjelo se peklo. Na můj nástup reaguje Malina, pak McHammer a nový Karel v Pearl Izumi dresu, s kterým jsem měl cest už jet někdy před 2 roky, takže jsem vedel že jezdí hodně dobře. Zůstáváme ve třech, odpadá McHammer a já jedu asi 50m za Karlem. Jedeme srot až na konec, za mnou široko daleko nikdo, Revnicák mi sedl což mě potěšilo. Pak se zapovídám s Kolikacem a grupa nam ujezdí, nastěsí čeka nejdrív Čespa a pak i zbytek a na další premií na Jílové jsme najednou s Kolikacem vepředu. Opakuje se scénář z Revnicáků, McHammer doplácí na to že kopce nezna a tak nastupuje zbytečně brzo, holt měl poslechnout moji rady at jede v haku :) V polovině kopce utrhnu Camrdu a jedu opět 50m za Karlem až k ceduli. Pak už jedeme k Petříkovu, kde je tentokrát nečekaná spurt, protože odjezdí Karel + McHammer a nikdo nemá chuť je hakovat. Sice je pak skoro sjedeme ale hlavní spurt se tak odehrává mezi Technikem a Camrdou, já беру aspon symbolický bodík, neboť Malina i Mlhoš konci překvapive za mnou. Ale ta největší tresnicka na dortu je nachystána na konec! Před Prahou začíná pršet, pozoroval jsem ten mrak hodně dlouho předtím ale veril jsem že v 9 večer prostě pršet nebude. Nicméně prší, schováváme se s Kolikacem a McHammerem. Po chvíli vyjezdíme, sice to nahazuje ale dá se to. Loučím se s McHammerem. V Kunraticích ani tolik mokro není. Sjezdím po Videnské kolem Thomayerky a říkám si dobrý, už jsem skoro doma. No a potom někde u té zastávky U Labute je takový dolík, kde je mega vodní laguna, kde je pul metru vody a auta mají problém to projet, takže je tam zácpa. Jedno auto už tam stojí utopené. Nemám to jak projet, беру kolo na rameno a opatrně jdu po obrubníku po levé straně. Balancuju v tretrách po obrubníku, pul metru vedle mě jedou krokem tou lagunou auta když v tom ... v protisměru projede auto a ohodí mě vodním privalem takovým způsobem, že nevím jestli mám brečet nebo se smát. Páda tma, jsem vykoupány, kolo na ramenu a domu mi zbyva 1km. V pondělí večer jsem chytl tu prutř na Budejovicke a musel se schovat a myslel jsem že nic horsiho zase dlouho nezaziju, jak jsem se spletl. I ten krátký konec tak stacil abych domu dojel spinavý, mokry, zmrzly. Horka sprcha, večere a hodinu cistení kola, všechno vytrít, rozebrat zadní náboj, protože tam mám od víkendu nový ořech a je mi ho líto nechat ho vykoupány. Vybrali jsme si včera všechny dosavadní 3 Kopce kdy jsme ani jednou nezmokli, ale i tak to stalo za to!

P.S. Camrdo na Petříkově jsem byl hned za vama, tak mi tam hod ten nějaký ten bodík podle toho jak to budeš počítat.

Jean, 2016-06-29 12:08:11

U mostu se zdravím s již čekajícím Malinou, který pomáhá při sčítání dopravy. Za chvíli přijíždí Dreamer a pak už Břežanské údolí vyplivne i očekávanou početnou skupinku batůžkářů. Přes Lipence a lávku do Černošic, kde se to začíná prvně dělit, ale v Řevnici už všichni pěkně pospolu a hezky Kolíkáčovi popřát vše nej nej a taky mu naplnit batůžek. Na Řevničku tak tak zvládám plápolat s naloženým Kolíkáčem, výkonostní nůžky se začínají čím dál tím víc rozevírat. Pak už příjemné pohoupání a ještě jeden kopec z Davle do Jílového opět ve společnosti oslavence. Osmá hodina pryč, tak se na Radlíku odpojuji přes Libeň na Břežanské údolí zpět na Podolí. Nad Prahou černo, vytahuji meteoradar a hledám cestu jak prokličkovat. Až do Bráníka ke golfu sucho, pak začíná být mokrá silnice. Alej v Bráníku neprůjezdná, přes celou cyklostezku čerstvě padlí strom jak hrom. Na Dvorcích u Žlutých lázní malé pražské Benátky. Lepší jet po cyklostezce, auta na silnici po prahy brodí. Vzpomínám si na letošní Rytířov v Litoměřicích, kde byla prasklá voda a taky jsme na chodnicích hledali kudy projet. Ze shora na mne nespada jediná kapka, ale zespodu jsem trochu použitej, našťastí je to jenom voda, takže to úterní narozeninovou párty nepokazilo.

Dreamer, 2016-07-12 23:10:01

Dneska to byl mimo jiné souboj s meteoradarem, co 15min se vyťahovaly smaphony a monitorovala aktuální situace. Ta byla nakonec dobrá, stejně jako ucast, i když chybela tradiční esa 3Kopcu. I tak me ale z Vraného do Brezove v netradicním kopci po kostkách hodne pozlobil skvele jedoucí Bazinak, nejaký kratší závod by ti určite slusel! To same se opakovalo v kopci na Kamenna Vrata, ale ani zbytek nezahalel, at už to bylo dobrou formou nebo obavami z prichazejícího deste. Pak už jsme to vzali radeji rovnou na Libeň, kde Bazinak rozjel spodek a Mlhos si takticky vlezl do haku a spurt byl zaslouzene jeho, stejne tak Kocour bral první body! Objevují se první kapky deste, ale jelikoz silnice jeste moc nenahazují, tak se dalo dojet domu v podstate v suchu! Sice to bylo dnes kratší, bez zapadajícího slunce, ale po narocnem závodním vikendu a před narocným vikendem pro účastníky PPP více než dostacující!

Kocour, 2016-07-13 00:43:31

Tak jsem se vrátil z hospody, slavil jsem mimo jiné i první a pravdepodobne poslední body na 3 kopcích. Dnes se mi vlastně moc nechtelo! Nechtel jsem zazít to trapne odpadavani po par metrech, co za to ostatní vezmou, páč jsou jinde, ale když mi prezident napsal, že mam jet, tak jsem jel. 80kg živé váhy jsem prohnal v čele od kruháče až na Zbraslav a díky tomu, že jsem si udával svoje tempo a kluci se za mnou zakecali, tak se mi jelo dobře. První kopec na Březové-Oleško jsem odpáranej již na kostkách, ale háknu se za Vaška/Bora a nahoře nejsme zas tak s velkým zpožděním. Druhý kopec na Jílové je tu v cukru letu a bohužel nemám hlavu viset se skupinou B, tak km před koncem vypadáám. Každopádně rovnou na Libeň a tam cedím sliny na tachometr a polykám znovu navráťivší se tyčinku z vlastních útrov. Krvavý voči, ale i tak odjíždí Bažináč a spol. Vzpamatovávám se za Profesorem, Vaškem a Piškínem a když dám hlavu nahoru vidím 150m přede mnou křižovatku a Bažináče. Zkousím to, беру za to co to jde a za křižovatkou je můj (ale už dávno svěsil nohy) Dreamer a Mlhoš říkají, že prémie je právě křižovatka, takže ejhle to je moje první podiové umístění. Profesor křičí že jsem chuj, ale co už. Dneska to bylo krátký, ale km navíc v dešti se nám nechtějí. Tak třeba za týden Vám budu zase hlídat záda.

Jean, 2016-07-21 22:19:22

Po víkendové štaci na střechu světa je tělo unavené, ale když je venku krásně a ideální podmínky, nechám se zlákat a ráno беру Kuotu do kanceláře. Plány mi trochu kazí to, že se tentokrát nepojede na začátku přes most na Zbraslavi, ale v opačném směru. Do Kunratic to na sraz na kruhák nestíhám, tak jedu podél Vltavy s tím, že skupinu někde v protisměru potkám. Říkám si, že pojedu volně a budu se kochat, na to jindy na kopcích není čas. Cestou do Vraného dojíždím nějakých osm možná deset kousků (asi konkurenční podnik kopců) a s nimi svižně vyjíždím na Zvoli, kde se odpojuji a volně pokračuji na Jílové a Těptín. Skupinu potkávám až za krukáhem u Kamenice, právě ve chvíli kdy se pojedou druhá prémie na Těptín. Tu absolvuji ve společnosti Mlhoše, který říká že dnes jede na volnoběh (já si teda docela dávám, abych ho stíhal), ale Piškina před cedulí nedojedeme. Zpátky tedy zase na Jílové a Zvoli, vracím se tou samou cestou, kterou jsem dnes přijel, ale slunce už je o něco níž a krajinu kolem krásně osvětluje a probarvuje, ani nevím jestli si toho čelní skupinka všimla. Jedeme vzadu s Profesorem a vyhlížíme Quita, mě se to moc líbí, žádná kaše, jen si tak pěkně provětrat hlavu. Za mne parádní kopce, takových večerů moc nebude, než se to zase začne brzo krátit... Doražte příště taky.

Kolíkáč, 2016-07-26 21:54:35

Potřebuji body, takže jsem vyjel. Chvala blatnikum, chvala zimackovi. Jakoby každým slapnutím jsem z nej citil vsechny ty vylety a místa, co mi umožnil videt. Drzak na budík na nem nebyl, tak jsem jel jen podle ubihajícího asfaltu. Na letnaku to veru nebylo, chvillemi hodne vody. Trocha zmeny trasy a vynechani uvodu, ale Petikopec a Petrikov tam byl. Pak když už jsem mel zase frnak nahoru, jak jsem se krasne svezl, tak jsem u Hlinene Basty chytil pekny smyk, ze jsem malem lehnul ... takže pokora, pokora, pokora Tady dukaz, tak doufam, ze dostanu body do vrcharske souteze, nebo aspon nejaký o neaktivnějšího dnesního jezdce! Casy marny, bylo to jen

bezbolestne motani nohama, aby si zase zvykly. Snad o vikendu nebudou prazdny ani nafoukly ... a znovu se rozhoři v me palici sen o Top10 v UAC a vitezstvi v tymech!

Dreamer, 2016-08-02 23:07:46

Pondelni vecer pockive cistim kolo vctne naboju po nedelni vodni lazni, dnesni 3 Kopce sice slibuji komorni ucast, ale pozvanka od Kolikace a posleze potvrzeni od Camrdu se neodmita. Uz pri oblekani doma se venku dela tma. Ve sjezdu Jeremenkovou k Vltave prijde k memu prekvapeni kratka destova prehanka, silnice opet zacinaji nahazovat, asi nejaky pozdrav z Vysociny. Na cyklostezce prset prestava a na Zbraslav prijizdim uz jen s par kapkami vody na brylich. Ceka tam Camrda, zahy prijede jeho kamarad Ruda a pod Zvoli ceka zimak Kolikac. Moc to nejede, coz ale vzhledem k tomu ze pred 48h jsem zavodil, neni asi zadne prekvapeni. Par nastupu, ale pod kostel dojedeme spolecne, Ruda ma bud formu nebo je cerstvy, nebo oboje, ve spurtu nicmene nemam na nej ani na Camrdu. Pockame na Kolikace a jedeme na Jilove, kde se Kolikac odpojuje. 5Kopec nakonec take dame, jedu si svoje, nenastupuju, presto na konci zustavam jen s Rudou, který opet jede velmi pekne a v pohode mi uvisi. Petrikov cekam velky soubor kluku, ale spurt se nekona, protoze Ruda rozjede takove tempo ze chytame s Camrdou diru jeste pred cilem. Az do konce pak jede Ruda tempo ala Turista, takže dnesek bych shrnul ze jsme si moc nepopovidali (ale od toho je tu diskuse), ty 2,5h i v tak malem poctu svuj cil splnily, díky!

Dreamer, 2016-08-10 09:33:27

V predtuse odpoledniho deste vyrazim radeji na kolo rano, par spurtu, ale nohy nejedou. Behem dne opravdu prsi, tak si rikam jak jsem dobre udelal. Nicmene odpoledne dest ustava a tak kdyz Camrda potvrdi ze s Mlhosem urcite jedou, rikam si ze je prijedu alespon pozdravit na Zbraslav. Pro jistotu se poradne oblecu, po dlouhe dobe i navleky na nohy a celenka pod prilbu a dlouhe rukavice. A vubec to nevadi, protoze misty jde teplota pod 15st. Na Zvoli nakonec jedeme docela ostre, zkousim par nastupu, ale Camrda to nakonec vydrzi az pod vrchol a spurt je jeho. 5 Kopec jedeme protoze si Mlhos chce vyzkouset novou 32z kazetu, uz nekde dole poodjedu a udrzim to az nahoru. Prekvapive se mi jede o mnoho lepe nez rano. Pak uz mirime na Petrikov, kde nas zaskoci Mlhos svym nastupem. Ucast nejslabsi za letosni 3 Kopce, pouze ja, Mlhos a Camrda, coz je na jednu stranu skoda, na druhou se ukazalo ze i ve trech se da hrát velka hra. A jako tradicne, i pri navratu do Prahy vykouklo i pomalu zapadajici slunce, takže nakonec to zase bylo hodne povedene!

Turista, 2016-08-23 21:34:30

Tak jsem tu formu konecne vylezel. Tri kopce dnes opet docela tezke, ale uz podle cisel na trati to nevypadalo spatne a ted doma to ukazuje nejlepsi vykon vubec. Na bujne mladi to zdaleka nestacilo ale i tak jsem spokojen. Na Zvoli jsem byl v kontaktu z celem jeste temer na vrcholove rovince, Na sloupu mi ujely uz po dvouh zatackach a na Libri mi zradila technika, vypadly konektor z paky. Priste to chce jeste trochu zrychlit, bude to bolet ale drobna rezerva dnes byla, a nejaky ten sroubovak, kus dratu a zkousecku do naradi.

Dreamer, 2016-08-23 21:58:40

Dneska to bylo moc pekny, na Zvoli jsem si taky udelal letosni maximum o vterinku. Samozrejme to bylo ale hlavne díky nabite sestave, protoze sice chybel Korsican Camrda, ale misto nej dorazil Ruda, Michal Plesnik i Karel Pearl Izumi. Takze nam sice dole padly zavory a kopec jsme rozjizdili z nulove rychlosti, ale tohle trio zapricinilo, ze se tempo jen a stale stupnovalo. Pri vyjezdu z lesa nam poodjel Karel Pearl Izumi, pak lehce odpadl Michal a mne stacilo hakovat Rudu a pak ho podle Camrdovo taktiky ospurtovat, potvrzují ze to funguje! Na Sloup se scenar opakoval, odjeli jsme ve ctirech, aby nam pred cilem poodjel Karel Pearl Izumi, pak za tahani zaplatil Ruda a na ceduli jsme byli nastejno s Michalem. Rychla otooka zpět, najednou bylo citit ze se blizi zapad slunce. lehce se ochladilo, takže rychle zamirit k Liberi, kde jsem tak nejaky cekal ze uz za sjezdem za to vezme Ruda a to se potvrdilo. Zůstali jsme s nim s Michalem, aby jsme mu pak poodjeli, ale na krizovatku to bylo jeste daleko a Ruda nas zase zacal sjizdet. Uz se mu to ale nepovedlo a na krizovatce tak byl Michal kousek prede mnou, ale to uz jsme vsichni byli ve stavu ze nam bylo vsechno jedno! Secteno podtrzeno, dneska za jednicku vctne krasneho letniho pocasi, snad jen ze nebyl cas popovidat si s Pajou a Kocourem vice, ale s temi elitaky na cele k tomu dnes nebyl prostor.

Kocour, 2016-08-23 22:02:18

Dneska sestava jako vino, ikdyz par kusu chybelo. Kolikacovi pripominam ve vytahu helmu, svistime na sraz a stihame na minutu. Po dovolenych se citim odpocaty, ale moc jsem nejedzil, presto mi Paja rika, ze mam natoceno vic nez on ... a to si tam jeste tak 120 z Vysociny pripisu O lalalaaaa. Zvoli jedu po šraňkách a vlaku prvni ale protoze za mnou nikdo, tak to otacim a vracim se, ale uz jedou, tak znovu otooka, stahnout Paju s Jeanem a zjistit, ze na skupinu A mame uz 100m. Nejak nemuzu popadnout dech, ale Paja mi vytahne az nahoru. Na rovince par nadechu/vydechu a chci mu to oplatit. "Skoc si za me zkusim te odtahnout k Jeanovi", ten je pred nami uz asi 50m. Ze sedla, ale Paja nereaguje. U kostela predjizdim o pul kola Jeana aniz bych tusil, ze je to udajne za bod! Po dalsim nebudovanem kopci to Paja otaci, zrejme nema den. Spadneme do Davle a na Sloup se snazim drzet, ale



nejde to, Kolikac mi pomaha, ale ani ho neuhakuju a 1km pred ceduli tam nejsem a tudiz si Mlhose nedocvaknu. I pri prejezdu zpět se trapim a musim si vystoupit, kdyz pod kotel něco přidá Ruda (móóóóó), doježu to za Kolikáčem, který mi dělá druhého do party, ikdyž sil má evidentně o dost víc. Soustředím se na sjezd z Radlíku a nasledny vyjezd Libří před spurterskou premií. Jsem třetí od konce ale podari se mi chytnout Mlhose, jde to dobre ale zapomnel jsem ze ty serpentiny tam jsou dve a nahore, kdyz nas predjizdi Jean jsem docela prositej. Prostě umím vydržet jenom chvilku a jinak to asi už nebude. Nicméně Mlhos mu skace za zadek a ja kousu jeste 200m ... dulezitych, pak se to narovna a ja tam jsem. Zadny nohy z nebes, naopak, ale uz je to jenom kousek domu tak si to prasknu. Na dohled Turista, ale ji již daleko a kluci ho nesjizdej. Chvilku se vydecham a vidim, ze uz je tu krizovatka. Stejne jako posledne s Profesorem a Piskinem, jdu ze sedla, tezkej prevod a rvu to. Neotacim se, ale kdyz se podivam poradne pred sebe, tak zjistuji ze jsem se spletl, ta krizovatka je jeste o 500m dal :( Ve zmaru se boucham pěstí do stehna a zvolnuji, ted budu platit a budu pohlcen. Par vterin a nic, otocim se a kluci jsou překvapivě docela daleko. Tak se kousnu a znovu zkusim pridat, taham to az z paty a Mlhos je bliz a bliz, ale taky krizovatka, tak jsem to nakonec zvladl. Uf. S Kolikacem domu vytočit na kecacku a jeste se vyklusat. Sundal jsem dve kila ... teda vypotil, uz mam jenom 79 . Howg

Mlhoš, 2016-08-23 22:47:18

Dnes to bylo fakt luxusni. Pocasi dokonaly, ani teplo ani zima. Nabita sestava s Karlem Cernym, Michalem Plesnikem a Rudou, aby si i Dreamer zaradil. ;-) Na Zvoli v pulce svesil Kolikac a podarilo mi ho docvaknout a dojet s nim v pro me rozumnem case ke kostelu, kde s uz s elitou byl dnes moc hezky jedouci Turista. Jinak na Sloup to byla zabava i za elitou... Po prudsi casti jsme zustali s Jeanem a sice to vypadalo, ze na rovince si orachnem, ale kde se vzal tu se vzal je tu Kolikac a nastupuje. Nastesti tempo neudrzel az k ceduli a jeste ho ospurtime, ale hezky nas prohnal. I na Jilove z Davle je to parada, hezke tempo jede Jean a pod koncem ho stupnuje Ruda. Je to bez bodu a tak je to takove jetelnejsi... No a krasnej zapich na konci od Kocoura, kterej krasne takticky zvlada spurt nad Libri, krasnej nastup v pravou chvilu a jak jsem se zadnej kopec nijak nesetřil, tak nesiham uz reagovat a vzdavam Kocourovi hold za tvrde vybojovane 2 bodiky. Jo a taky potesila ucast Paji po dlouhe dobe. Je videt sice absence kilometru, ale jak ho znam, tak dat 3 svihy a zas mi bude natahovat drzku Tak Pajo, doufam, ze priste zas...Krasny to dnes bylo, moc jsem si to uzil...

Pája, 2016-08-24 08:03:58

Na Zvoli jsem cítil, že to jo špatný, třeba se to ještě zlomí říkám si, když jste mi ale začali odjíždět na nebudovaném kopci a za nohy mě začali tahat první náznaky křečí zlomilo mě to. To nebylo o tom, že nemám den... Jsem holt taková rychlokvaška, křivka výkonu prudce stoupá i s tím málem nalýtaných km, ještě rychleji však padá. Rád jsem vás viděl ale asi bych potřeboval na nějaké moravské soustředění aby to k něčemu bylo. Ten metro přesun přes celou prahu mě moc nebavil ani tam ani nazpátek budu to muset líp promyslet.

Kolikáč, 2016-08-24 08:27:29

Byl jsem natesen, ale hned Zvole ukazala, ze to nebude zadna hitparada. Na rozvasnenou celní grupu jsem nemel vubec. Nastesti tu byl Kocour, ktery se mi stal berlickou, jako ze pojedu na nej Ovsem na Liberi jsem zjistil, ze jsem bez berlicky a vezu cervenou lucernu neschopen roztocit nohy, které byly jako z olova. Jako kdyz Emil tahal za sebou pneu v tezkych bagancatech. Pekny bejci, vecer az zavist, jak si dokazete furt rochnit v cervenych cislech. A musim prasknout, ze Kocourovo vyklusani po kole bylo 10km behu za 60minut. To uz jsem se ja nastesti nalejval pivem s plnym pupkem...

Jean, 2016-08-24 09:11:12

Parádní podmínky a tentokrát i částečné zastoupení mě výkonostně blízkých jezďů, mělo za následek, že jsem si to neskutečně užíval a mělo to pro mne náboj oproti jiným účastem, kdy mi čelo ujede a je vymalováno. Obzvláště Libeř ve společnosti Mlhoše a Kocoura byla výživná, až jsem z toho byl večer příjemně unavený a natěšený na další úterý.

Ruda, 2016-08-24 09:44:44

Kucí díky za super vejlet! Měl jsem to i s cestou ráno do práce krásných 103 kousků, což je na mě za jeden den celkem výkon :D! Jinak jsem měl radost jak se jelo svižně. Nerozvrhnul jsem si ty kopce bohužel moc takticky, ani jsem nevěděl že mě chcete bodovat, ale aspoň jsem snad trochu pomohl Dreamerovi si zlepšit svůj čas ;). Když jsem téměř za tmy dorazil domů, tak děti šly akorát spát a já rychle mazal pro tři Kozly do džbánu. Doufám, že se ještě letos s váma svezu!

Turista, 2016-08-30 21:04:11

Dnes Krasne, pohodove, rychle a produktivni tri kopce. Skoro jako z prirucky Train Smart. Doma jsem si rikal ze dnes opravdu pujdu jen vytočit nohy po Kraly, ale znate to ono vam to neda. Pred barakem zjistuju ze po zapnutí Garmina to udelalo tu-du-dum, jsem bez baterky a jedu naslepo. Na Zvoli mi trio elitaku ujelo opet tentokrat uz

v druhe zatacce. Na Radlik jsem dorazil bez ambici a bez energie po predchozi spici. Jel jsem napred s tim ze uvod posetrim, pak se necham sjet a zahakuju se. Jenze trio a vyborne jedouci Kolikac mne prefrnklo a bylo po hakovani. Po Radliku svizny presun zadem kolem obory pod Petrikov kam nas expresne odtahnul Jean. Kolikac to hezky rozjel, nastup jsem chytil, pak nastoupilo duo s Mlhosem, opet jsem chytil, zkousim pridavat, jde to, Mlhos mizi vzadu a priblizuju se k elite, a je tu konec zidky. Petrikov sel prekvapive snadno, asi poprvé jsem predjel Mlhos a v zaveru jeste nejaka sila byla v rezerve. Nejvetsi kredit davam kolu, dela neco co z drivejska neznam, kdyz se do toho ze sedla clovek opre a spravne to rozhoupe tak to pri kazdem zhoupnuti samo poskoci dopredu. Na zaver nadherny podvecerni zazitek s nizkym slunce, kolik jich letos jeste bude.

Dreamer, 2016-08-30 21:51:21

Od nedele si uzivam kazdy den s minimalne jednim kouskem tohoto dortu, nejdriv oslava na Sumave, v pondeli k tomu pridam nemene dobry Parizsky dort s kolegy v praci a dneska dojidam co zbylo. Tim padem dorazim na Zbraslav trochu v obavach protoze bud to pojede hodne dobre, nebo vubec. Nez se rozkoukam uz jsme ve Vranem, kde jsme svedky neprijemneho stretu auta a cyklisty, pricemz to auto na nas troubilo uz na Zbraslavi. Zavory opet dole jako pred tydнем no a pak staci jen zahakovat Sinkanzen duo Misa Somr + Ruda Novak a nemusim se o nic starat. Nemusim tahat celou tu hladovou smecku, nemusim nastupovat, staci se krasne vezt. Boli to, ale da se to vydrzet. Nahore pomyslim i na spurt, ale preci jen kdyz se kluci zvednou tak uz to je na me moc. I tak letosni jasne nejlepsi cas 7:16, nadhera a prakticky zadarmo! Pote smer Radlik, kde je podobny scenar, jen s tim ze Michal odjizdi, lepim diru. dojizdim Michala a trham i Rudu se skvelym Kolikacem. Michal ale trochu zvolnil a kluci se tak dotahuji, spurt ale opet pro Michala a pak jsem ja s Rudou i kdyz trochu tapeme kde je vlastne cil. Pak uz smer Petrikov, potvrzuji ze Turistovo nove kolo je ve spurtu vyrazne rychlejsi a pak uz si jen uzit zaver v zapadajicim slunci!

Kolikáč, 2016-08-31 08:46:37

Pocasi laka do sedla, trochu roztocit nohy pred podvecerni divocinou. Ve Vranem potkat naseho Lenina a nalakat ho na pristi 3kopcce. A to uz se proti zene smecka zvirat, zase budu nahore urcite videt klokany. Zelezny Dedek rozjizdi pro me vrazedne tempo, ktere uz po prvni tocce nedavam. Ruda s Dreamerem a Turistou zkusene hakuji, ale prekvapive i Jean a Mlhos. No nic, ani dnes nemohu cekat zazraky. Za mnou Piškin, ale pred mnou se to uz zacina sypat. Jean na dostrel, nozky se mi roztocily a pomalu lepim diru. Jean dobit, po chvili i Mlhoš. Turista neni az tak daleko, ale jak se to narovna, tak pekne mizi. Jeste se parkrat otocit a udrzet naskok pred kluky. Liber Turista rovnou ze spice tvrdi prijatelne tempo, pak nastoupi Zelezny Michael, coz nenecha klidnym Snilka a jde po nem. A hle stare pudy se ve me probudily a visim mu za zadnim contikem. Zase po dlouhe dobe opojne chvile. Dreamer za to znovu bere, to uz nedam, ale je za mnou Ruda, kteremu davam povel ke sjeti. A znovu uspesne hakuji. Sice k ceduli to s nimi nedam, ale brambora me stejne zahreje. Hura k Petrikovu, kde se obetuje Jean a odtahne to od Stirina. U koni to nevydrzim a bodnu do vosiho hnidza. Pak se prese me prezene ocekavana vlna, ale to uz si uzivame te ohnive rude koule nad Prahou. Pekne svitila, v tom protislunci nebylo chvilemi vubec videt ... dik za epochalni uterni podvecer a gratulace ke stravovacim rekordum!

Kocour, 2016-09-06 21:02:55

Turista na Ibuši zalehl do beranů a na Zbraslavi jsme byli snad za 10minut, ani jsme nemluvil. Ruda, Camrda, Kolikáč, Turista, Jean, Profesor, Vašek-Bora a Já. Slušná sestava a oprávněně jsem se bál. Pod Zvolí šraňky, pak za to bere Kolikáč a trhá nás, jsem poslední za Vaškem, ten ale strojovým tempem sjíždí Profesora Jeana a prekvapivě i Kolikáče, který na čelo ztrácí asi 30m. Vepředu kluci zvolňují a tak mě Vašek doveze až do elity. Jsem tam asi vteřinu a pak už jsou pryč, počkám na Jeana, na samotku to nemá cenu, ale Kolikáč jde přes nás a tak mám co dělat, Pod kostelem zvedám prdel jako Jean a Kolikáč je za náma o pár délek, na Jeana to ani nezkouším, mám dost. Jílový mě nesedí, je to pohodovej kopec, ale nemám to rád, možná psychyckej blok. V polovině prováhám a jsme s Jeanem a Profesorem hned vzadu a s dírou. Kolikáč sice po čase opět malinko ztrácí, ale pro nás je to asi moc daleko a popravdě celý to odtáhne Jean a nahore, když zařadí těžší převod opičím se, jdu do "spurtu," ale svině křeč se zakusuje do obou lýtek, musím do sedla a frekvenčně to nakonec stačí, protože Jean se asi vydal víc než jsem myslel. Jsem to ale kurva vyčuraná, ale já na víc fakt neměl, hlavu jo, ale síly ne. Přejezd pod Petřikov je pro mě už docela trápení, jede se fakt svižně, myslím nejsvižněji, co jsem já osobně jel. Spurt jdu v klidu, jsem rád, že se jede chvilku na pohodu a když jsem u koní jsem spokojený. Nástup mě nechává chladný, ale nahore v zatáčce zjišťuji, že to není tak strašný a nemusel jsem se možná šetřit, Profesor daleko, rovinka krátká, tak aspoň trochu wattů tam pustit, aby se neřeklo. Domů zase za motorkou Rudou a pak Turistou (tp si člověk moc nohy nevytočí Nicméně příjemnejch intentivních 55km a celkem 65. Díky kluci, vlastně mě to dnes moc bavilo. Jako poslední cyklotrénink před dvěma triatlonama o víkendu dobrý

Turista, 2016-09-06 21:29:06

Tak mam dalsi bolestivi sen, Ja chci jezdit jako Ruda. Dnes jsem si pripadal jako smecka nadrzenych chrtu co se zene za cervenym zajicem. Stejne jim vzdycky ujede a na kopci si s nimi vytre prd.. Pak ze se Petrikov neda vyhrat

z jednický. O víkendu jsem abstinoval, takže poslední kolo byli tři kopce před týdnem. Přesto se mi dnes moc nechtelo cítit jsem se nějak unavený. Na srazu to že mne nějak spadlo a při cestě na Zbraslav jsem si užíval přebytek Glikogenu. Na Zvolu to plynutí bylo trochu znat ale teď podle krivky CP to nevypadá špatně, zase zlepšení, nejlepších 7,5 min v historii. Rovinku jsem už trochu vypustil, foukalo a na časový rekord by to stejně nebylo. Kamena vrata opět v závěsu za Camrdou a červeným zájcem, tentokrát jeli lidské tempo a vydržel jsem až nahoru. Skoro nahore chtěl asi Camrda strídat tak jsem ho pustil dozadu a zůstal za Rudou, ale ten se rozhodl že k ceduli Jilové nepojedeme takže posetřená síla na sprint zůstala nevyužitá. Pak rychle přesun pod Petřikov, kam nás Ruda bezpečně odtáhnul, já jen vrátil bláhem za jeho zadním kolem a byl rád že se toho ujal a nemusím na spic. Na Petřikově nám to opět rozjel Kolíkáč, škoda že jen na chvíli, pak Ruda začal pocítat jak na formuli 1 a jelo se. Přisal jsem se na jeho zadní kolo, ale stejně mne trochu poodjel že jsem si jel za své. Za mnou někdo, pak se mi ukázal po levici a on to Camrda, přijel mi říct že nechal nohy na Korsice a zas zmizel vzadu. No a byl konec. Rudy dabel je nedostupný, tak o dvě třídy jinde, je to ale motivace třeba bych se mohl zlepšit alespoň o jednu. Je to zatím na dobré cestě, na Petřikově opět nejlepší CP tentokrát 1min

Ruda, 2016-09-06 21:57:23

Panové opět díky za super svůh po práci! Není potřeba mě tolik vychvalovat, protože to pro mě bude příští rok o to teziš, když kvůli stěhování a intenzivnější péči o děti nenajdu za sezonu ani těch svých 5 tis. km :). Vidím se pak s 90 kg na konci balíku jak na vás volám at počkate :D! Nicméně zatím dokud to jde, tak to chce využít a doufám, že se ještě všichni v tak dobré formě svezeme!!

Kolíkáč, 2016-09-07 07:51:24

Po víkendovém etapaku jsem se cítil nějak podivně dobře. A to většinou není dobře. Sice top sestava pod zadkem, ale to stejně nestačilo na nezavoděný nadřazený 3-kopcovitý zvířata. Zvolu zkusím poskakat hned od spodu na velkou, ale po chvíli se mi nějak ucpe proud kyslíku a opouštím vedoucí kvarteto. Pak se to přese mě nehezky valí, ale nakonec jsem se trochu srovnal a potáhnu rovinu ke kostelu Jeanovi. Ale to byla mylka, on se tam ještě v klidku vezl v háčku i Kocour, který brutálně nastoupil na premií. Jilové jsem se nastěsí vyvezl za nejlepšími a nemusel tak koukat na odjíždějící zádky Jeana a Kocoura. Vše mi ale vynahrádl Petřikov, kde mě obložili úplně všichni! Hezky vám to líta bejci, a i ty přejízdy mezi kopci byla pěkná sekacka, celkový průměr 31 hovorů za vše.

Jean, 2016-09-07 10:27:32

Ve zkratkách věřejší dojmy. K mostu to stíhám téměř jako vždy na poslední chvíli. Na to, že bych se ještě vymočil mohu zapomenout, nestíháš, nemočíš. Ve Vraném opět šraňky dole, na příští sezonu to bude chtít nastudovat fahrplan ČD. Na Zvolu jako vždy taktika někoho uviset, stejnou taktiku má i Kocour a tak visíme za Kolíkáčem a u kostela jdeme hrdinsky přes něj. Nahoře sotva popadám dech, takže nestíháš nemočíš. Na Jilové chytout Kolíkáče nemáme šanci, tak jedeme s Kocourem ve dvou. Kocoura už znám, nesmím si ho nechat do závěru, tam mě obloží. Snažím se alespoň v závěru od křižovatky zvýšit tempo, aby to měl Kocour těžší, ale je mi to prd platný. Příště stupňovat tempo víc a dřív a urvat ho. Nahoře opět řeším nedostatek kyslíku, takže nestíháš nemočíš. Rychlotransfer pod Petřikov. Kolíkáč to polechtá jako první, pak krátké intermezzo a pak se jde do plných. Hákuju Camrdovo zadní kolo co to jde, předemnou tři kousky, ale na začátku zídky už je mezi námi díra. Nohy posekané, teď už se v zapadajícím slunci svěží do Prahy. Omyl, jede se pořád z ostra. Na Herinku u škarpy rozjetá slepice, na silnici sedm statečných kohoutů a Kocour. Kolíkáč brblá, že se jede z ostra a hned v zápětí za křižovatkou za to bere a rozjíždí rovinu do Osnice, kde ho dál střídá Turista a Ruda, no znáte to, highway to hell. Závěr je pěkný středověk, na každém brdku boj do posledního muže. Rozlučka na kruháku v Hrnčířích a dojezd až k Vltavě na Modřanskou, kde si konečně můžu sníst banán, který celou dobu vezu. Nestíháš, nežereš, nemočíš. Takhle nějak jsem si představoval svoje letošní poslední tři kopce.

Kolíkáč, 2016-09-13 20:04:36

To zase bylo utery! V takové jsem už ani nedoufal! Vidět Semika zase na kole, to byla pecka. Krasně jsme roztocily nohy v příjemném vzpomínkovém pोकecu ... až se mi chtělo brečet, do jaké minulosti jsme se vrátili ... A pak nastoupila tvrdá realita 3 kopců. Nevím co to všechny popadlo, asi ta blízkost se tma, ale jela se podlaha od začátku do konce. Já odpocaty s pivo-vepro víkendu jsem nechtěl po dlouhé době prodat svoji kuzi lacino. Takže na Zvolu pěkně s rozumem furt v háčku za mladými kolousky. A hele ono to zase přišlo. Krasně pocíty vykoupene bolesti Jen tu rovinu ke kostelu už jsem nedal, když Camrda ladoval velkou, tak jsem se zvedl taky, ale ruce se mi podlomily a já se roztekl na představec ... bleeee ... Ruda a duo Karlos to je prostě fazona radost pohledet! Jilové hned od spodu za to bere Dreamer. A znovu mi to odjíždí, ale s Vaskem se ještě ztoporíme a před hlavním kopcem si je docvakneme. Huaaa, a znovu do plných. Odpadam, Ruda, Dreamer, Michal Plesník, Vasek a Camrda odjíždí. Ale nesvesuji, nohy se točí, tak proč to ještě nezkusit. A hele rajská hudba v podobě Camrdova dechu mi najednou hraje přímo uouska! A tak ještě aspoň pozorovat vrcharský souboj Vaska a Camrdy! Vasku ty musíš do Slapek!!! Zjevuje se Turista, naopak Dreamer mazel domu. Kolem Reneho klasické nedas dostanes! Camrda rve něco o Kolodějích. Nadherný západ slunce dokresluje tu neskutečnou cyklistickou atmosféru, když letíte ve skupině.

Petrikov chce zavodit chytře a tak se vezu v haku. Ale to nestaci, stado divokych byku je nad moje chapani. A pak uz lajna az do vany, Profesor neco hlasi o uternim zavode, Piskin si lebedi, jak to dnes odsypalo. Jo krása to byla, přijedte na Klikace a POS, poslední silnicni parady v okolí Prahy si to zaslouzi!

Dreamer, 2016-09-13 21:20:43

Leto finisuje, je treba uzit si ho plnymi dousky a tak neni čas resit po bohatem vikendovem programu, jestli nohy pojedou nebo ne, prostě staci dopravit se na Zbraslav a nějak to dopadne, navíc když Mlhos zminuje ze se blizime do finale. U mostu obvykla sestava, na pulku zari uz docela zima, ale vsichni si tak nějak zapomneli navleky, vesticky, platenky doma. A uz valime na Zvoli, Ruda pro jistotu v levem pruhu, ve Vranem zavory opet dole, jak rikam musel se zmenit jizdni rad. Zvole jedu v zavetri a cekam co kluci, nahore to zkusim trochu roztrhat, ale kdepak, jedeme na spurt ve trech, skoda ze Kolikac nevydrzel ale drzel se statecne. Spurt jasna vec pro Rudu, naopak Camrda se zase potrebuje trochu rozjezdit po dovolene, takže vyjimecne jsem pred nim. Jilove jedu co to jde odspoda, neni na co cekat. I tak v pulce kopce stale vic nez pocetna skupina, az druha intenzita nas rozdeluje a na spurt jdu s Rudou a Michalem P., ale nohy uz na to nemaji a tak spurt opet jasne pro Rudu. Nahore se rozhoduji ze vynecham Petrikov a tak se s klukama svezu k odboce na Liber a pres Brezany si to dam zpatky po cyklostezce. Cas nezastavis a i tak jsem dorazil za polosera a to pritom bylo teprve pul osme. Bylo to kratke, vyživne, tak jako cely letosni rok, dekuji!

Turista, 2016-09-13 22:51:16

Na hodinach 17:30 a ja stale pobiham horecne po byte. Zvoli horem uz take nestihnu, tak jedu naproti pres Pruhonice mezi parky, Herink, na Mandavu. Jedu aby to jelo, hakovat neni koho taze takova dlouha skoro Zvole. Nahore zvolnuji kontroluju čas a myslim ze bych mohl narazit na skupinu jeste na Jilovem. Vypocet vychazi, od vysilace se rozjela oranžova skupina, nastupuju a jede se zvesela zase zpet. Se znamimi tvaremi je to opet pohoda, jako ztraceny pes zpet ve sve smecce. Petrikov se mi jel dobre, preci je znat ze jsem nejlel vsechno, Na zacatku jsem trochu zavahal, jednou blbe preradil, ale vse jsem stahnul a na konci zbily i nejaké síly, jen jsem to necekal a nebyl mentalne pripraven zkusit utocit na Rudu. Tak treba priste. Skoda ze uz kopce konci, bude se mi styskat.

Kocour, 2016-09-20 20:30:03

Dneska to svištělo teda pěkně, za dvě hodiny jsme byli doma. Přes den nic moc pocit, horko střídá zima a tak do sebe narvu oblíbenou drogu - Ibalgin, asi abych necítil bolest, ale v tomto jsem se spletl, bolest jsem cítil docela hodně. Na Zbraslav jsme se sklouzli za Vaškem. Dreamer už točí nohama a pak za Bažináčem a Turistou ke spadlejším šraňkám. Jedu první za mnou díra, jenom točím. Přefrčí mě Bažináč s Turistou a Dreamerem, pak nic a pak Mlhoš roztáčí převody a za ním těsně nikdo, tak tam jdu. Jede se dobře a tradičně nevykukuju, ikdyž jsem tady také bodoval, vím, že po 9 dnech válení a bez kola to nemusí bejt úplně ono. Po chvílce jde přes nás Kolíkáč a já skáču za něj. Jsem překvapenej, že to zatím docela jde, ale plány mi hatí Vašek, který velice chytře a ve správný okamžik startuje za odjetou trojicí a sjíždí je. Kolíkáč přitvrdí a já jsem v pr\*eli a to tak, že mě dává logicky i Mlhoš. Chytám díru a lepím, pak ještě jednou a pak znovu. Fakt si dávám. Naštěstí nahore rychle regeneruju a drže si říkám, že před kostelem nemám šanci, tak zkusím nastoupit a daří se, dokonce sjíždím Kolíkáče a v kopci ho téměř docvaknu, ale otáčí se a o 1/2 kola tam je. To jsem nečekal, ale byl jsem blízko. Zvole si vybere daň a já jsem následujícím kopec úplně v hajzlu - fakt. Takže se ztrátou poslední, ale i přes to poplivané tachometr. Na Libeř si říkám, že tam musím vydržet co nejdéle, ale při sjezdu jsem předposlední, nějak se bojím do zatáček. Záznakem si to docvakávám. Síly docházejí, ale Libeř je nějaká krátká a tak jsme nahore vsichni. Teda až na Dreamera, ten zezadu stupňuje tempo a ujíždí nám. Chytám díru, ale zvedám zadek a fixuju Turistovo zadní kolo, jsem tam. Připadám si jako v nebi, poslední tři kopce a na mě se nebude v závěru asi čekat. KLuci točí a já jsem za Bažináčem s malou dírou. Mlhoš odstřídá a jde do mezery, ale já jsem zrovna dotahoval a málem brousím kraj. něco blábolím a bojím se, že do sebe ťukneme. Mlhoš sakruje a tímto manévrem jsem ho bohužel odsoudil k tomu, že premií nevyhrál. Promiň nebyl to úmysl, měl jsem zam bejt zalepenej, ale na druhou stranu jsem nečekal, že tam vjedeš. Stále jedeme pohromadě, už i s Dreamerem. Pak se nastupuje, zezadu tvrdí muziku Kolíkáč a já jdu za něj, ale na úplné čelo mu to nejde, skáču za Dreamera a pak se protáhnu ještě víc dopředu, je tu křížovatka a já jedu prostředkem, předjíždím Turistu a Bažináče mám na dotek. Ty bláho já jsem nejspíš druhé! Fiha. Na křížovatce pak do víčka vínečko od otce Tří kopců - Mlhoše. Dobrý to bylo. Jezdil jsem téměř pravidelně a časy si na měřených úsecích docela zlepšil. Hlavně pocitově to bylo nakonec něco jiného než loni, kdy jsem to fakt zabalil. Děkuji vám všem a těším se na příští rok. Myslím, že to šlo hodně dopředu. Díky

Dreamer, 2016-09-20 21:38:05

Poslední zvonění na letosních 3 Kopcích, to jsem si nechtel nechat ujít. Pocasi odpovida datumu v kalendari, jasne kazdy by asi radeji bral to horko pred tydнем, ale to byl extrem, dneska bylo symbolicky pocasi jak ma byt, trochu slunce, trochu vetru, trochu zimy, hlavne ale sucho. Na Zbraslavi opet velky vlacek se znamymi tvaremi a uz letime do Vranneho, kde jsou zavory opet dole a jako nechteny bonus nas vybrzduje borec v bmw. Na zavorach mam chut si s nim promluvit, ale když ho vidim jak sedí v aute, tak ho jen vnitřně polituju a kaslu na něj, takový

člověk za to nestojí. Ale to už jsou zavory nahore a Bazinák rozjízdi pekelné tempo, že mám co dělat abych vůbec uvisel. Se mnou je tam už jen Turista na krásně vybarveném Canyonu, který v podzimním světle dostává úplně jinou tvář a čím častěji to kolo vidím, tím víc se mi líbí. V tradiční polovině kopce v serpentíně za to opět beru a odjíždím klukem, trochu jsem čekal že to vysoké tempo ze začátku už bude moc a to se potvrdilo. I tak přes zdanlivý naskok jsem nahore čekal jen chvíli a za chvíli jsme byli opět pohromadě. Na Jilově jsem jel naplno opět odspoda, kluci možná rezignovali trochu předčasné, ale nevádí, užil jsem si kopec i tak na samotku a v závěru se scénář opakoval, opět za mnou celý kopec nikdo, ale nahore u cedule jsem jen parkrát otočil volně nohama a už pozoroval spurt skupinky za mnou. Letíme na Liber, západ slunce se blíží, udělal jsem to přesně jak píše Kocour níže, před horizontem brdka jsem poodjel a věřil že by to mohlo vyjít. Ale to už bych chtěl moc, i když jsem do toho dal všechno, byl jsem pár set metrů před krizovatkou dojet a čekal jsem že mě skupina přeletí. Přesto se mi podařilo zůstat a do spurtu jsem šel za Bazináčem a Turistou, kterého jsem těsně předjel ale jako překvapení a snad i jako předzvěst zimních běhů se kolem skvele protáhl Kocour a bral na premií krásně druhé místo, třetí tedy já, pak Turista. Závěrečný připítek od Milhose a už jen dojet rychle domů, než padne úplná tma. I to se povedlo, letošní 3 Kopce byly opravdu velkým zážitkem, na jare jsem vůbec neplánoval že je objedu prakticky celé, o to větší mám teď radost Díky všem co se letos účastnili a je jedno jestli to bylo na začátku sezony, v průběhu nebo na konci!

Turista, 2016-09-20 23:20:01

Díky všem a Milhosovy s Camrdou zvláště za hluboké utěrní podvečerní zážitky. Letos jsem si dal přečvzeti že upravím priority a budu se více věnovat tomu co mi baví. Mezi ne patřily i Tri kopce. I díky nim jsem se výkonostně snad trochu posunul, a hlavně si vylepsil taktiku a naučil se spurtovat. Osobní zkušenost je neprenositelná, takže když budu komukoli jinému vyprávět jaké je to krásné, když člověka páli stehna že si myslí že se mu zlomila stehenní kost, když slintá jak dement a je mu úplně všechno jedno, jen udržet to kolo před sebou, když se v bolestech snaží najít sílu ještě parkrát naplno slapnou a nepustit ty drahocené bodíky u kostela, tak si bude klepat na čelo. To pochopíte jen vy, a proto jsem rád že jsem mohl být součástí takové skvele společnosti bezva lidí co o pul seste vyrazí trpet ,a užít si pocitu svobody, volnosti a někdy i uspokojení a radosti. Kez by příští rok byli Tri kopce alespoň takové jako letos, už se nemůžu dočkat.

Camrda, 2016-09-21 09:49:14

Taky díky všem, škoda, že jsem včera rozlučku nestihnul, ale krásně jste to zvládli i za mě . Tak zase příští rok... Pár zimních vejletů po benzínkách, jedny prošoupaný kecky, pár vybitých baterek v čelovce, jedna štreka do Znojma, pár Sylvánů, jedna kaše na Pavlově, jedna štreka ze Znojma a zase bude u kostela nablito. Těším se moc!