

Zimní tréninky

listopad 2023 – březen 2024

10. 11.	Pá	Soustředění Itálie – bez tréninku	Itálie (Benátky)	–
11. 11.	So	Soustředění Itálie – bez tréninku	Itálie (Benátky)	–
12. 11.	Ne	Soustředění Itálie – bez tréninku	Itálie (Benátky)	–
17. 11.	Pá	Brněnský běžecký pohár „1“	Jehnice, ZŠ Jehnice	9:00
18. 11.	So	–	–	–
19. 11.	Ne	–	–	–
24. 11.	Pá	Noční mapový trénink „Ledková huť“	Valchov, parkoviště u fotbalového hřiště	16:30
25. 11.	So	Vytrvalost bez mapy „přes Brlohy“	Černá Hora → Brno (Glóbus)	9:30
26. 11.	Ne	Mapový trénink „Lipový vrch 478“	Brno, Žebětín	9:30
1. 12.	Pá	Noční mapový trénink „Pinkoviště“	Blansko, Klepačov	16:30
2. 12.	So	Vytrvalost s mapou „Toulovcovy maštale“	Budislav	9:30
3. 12.	Ne	Mapový trénink „Lipový žlíbek“	Křtiny, arboretum Křtiny	9:30
8. 12.	Pá	–	–	–
9. 12.	So	Běh na Býčí skálu	Řečkovice, Zamilovaný háj (tramvaj 1)	9:00
10. 12.	Ne	Sprintový mapový trénink „Riviera“	Brno, Pisárky	14:00
15. 12.	Pá	Soustředění Sklené – bez tréninku	Sklené	–
16. 12.	So	Soustředění Sklené – bez tréninku	Sklené	–
17. 12.	Ne	Soustředění Sklené – bez tréninku	Sklené	–
22. 12.	Pá	Noční mapový trénink „Hádecká planina“	Brno, Velká Klajdovka	16:30
23. 12.	So	Vánoční běh okolo Brna	Mariánské údolí, konečná bus 55	9:00
24. 12.	Ne	Běh na Babu	Skalka za Medláneckým kopcem	9:30

Nový rok

29. 12.	Pá	–	–	–
30. 12.	So	–	–	–
31. 12.	Ne	Mapový trénink „Hornek“	Ochoz u Brna, lesní parkoviště	14:00
5. 1.	Pá	Noční mapový trénink „Kobyliarka“	Slovensko (Šaštín-Stráže)	17:00
6. 1.	So	2x mapový trénink „Kobyliarka“	Slovensko (Šaštín-Stráže)	9:30
7. 1.	Ne	mapový trénink „Kobyliarka“	Slovensko (Šaštín-Stráže)	9:30
12. 1.	Pá	Noční mapový trénink „Řičky“	Mokrá-Horákov, Horákovská myslivna	17:00
13. 1.	So	Vytrvalost bez mapy „okolo Brněnské přehrady“	Brno, Bystrc (Přístaviště)	9:30
14. 1.	Ne	Mapový trénink „Knížecí les“	Neslovice	9:30
19. 1.	Pá	–	–	–
20. 1.	So	Běžecké testy – Lesná = Zhustových 60'	Lesná, rozvodna (MHD 57)	9:30
21. 1.	Ne	Mapový trénink „Šibeník“	Střelice u Brna	9:30
26. 1.	Pá	Noční mapový trénink „Doubravka“	Nová Ves	17:30
27. 1.	So	Vytrvalost s mapou „Dambořicko“	Dambořice	9:30
28. 1.	Ne	Mapový trénink „Skalka“	Ochoz u Brna	9:30
2. 2.	Pá	Soustředění Španělsko – bez tréninku	Španělsko (Huelva + Barbate)	–
3. 2.	So	Soustředění Španělsko + Sklené	Španělsko (Huelva + Barbate) + Sklené	–
4. 2.	Ne	Soustředění Španělsko + Sklené	Španělsko (Huelva + Barbate) + Sklené	–

Jarní prázdniny

9. 2.	Pá	Soustředění Španělsko + Sklené	Španělsko (Huelva + Barbate) + Sklené	–
10. 2.	So	Soustředění Španělsko + Sklené	Španělsko (Huelva + Barbate) + Sklené	–
11. 2.	Ne	Soustředění Španělsko + Sklené	Španělsko (Huelva + Barbate) + Sklené	–
16. 2.	Pá	Noční mapový trénink „Vojtíšky“	Březina, odbočka na Lhotky	17:30
17. 2.	So	Vytrvalost bez mapy „z Blanska do Brna“	Blansko → Brno, Obřany (MHD 4)	9:30
18. 2.	Ne	Mapový trénink „Hoštický les“	Litenčice	9:30
23. 2.	Pá	–	–	–
24. 2.	So	Vytrvalost s mapou „okolo Pohledecké skály“	Koníkov	9:30
25. 2.	Ne	Mapový trénink „Kamenný žlíbek“	Hostěnice, parkoviště u propadání	9:30
1. 3.	Pá	Noční mapový trénink „Veselý kopeček 514“	Vranov u Brna, u Veselého kopečku	17:30
2. 3.	So	Vytrvalost bez mapy „údolím Oslavy“	Náměšť nad Oslavy	9:30

3. 3.	Ne	Mapový trénink „U pytláka“	Zubří	9:30
8. 3.	Pá	Soustředění Slovinsko – bez tréninku	Slovinsko (Lipica)	–
9. 3.	So	Soustředění Slovinsko – bez tréninku	Slovinsko (Lipica)	–
10. 3.	Ne	Soustředění Slovinsko – bez tréninku	Slovinsko (Lipica)	–
15. 3.	Pá	Noční mapový trénink „U brněňky“	Ochoz u Brna, odbočka k archivu	18:30
16. 3.	So	Vytrvalost bez mapy „Podyjím“	Vranov nad Dyjí → Retz	9:30
17. 3.	Ne	Mapový trénink „Francouzský žleb“	Kramolín	9:30
22. 3.	Pá	Jarní pohár 2024 – bez tréninku	Hradec Králové	18:30
23. 3.	So	Jarní pohár 2024 – bez tréninku	Hradec Králové	9:30
24. 3.	Ne	Jarní pohár 2024 – bez tréninku	Hradec Králové	9:30
28. 3.	Čt	Velikonoční soustředění – bez tréninku		–
29. 3.	Pá	Velikonoční soustředění – bez tréninku		–
30. 3.	So	Velikonoční soustředění – bez tréninku		–
31. 3.	Ne	Velikonoční soustředění – bez tréninku		–
1. 4.	Po	Velikonoční soustředění – bez tréninku		–

Noční mapové tréninky:

24. 11.	LEDKOVÁ HUŤ	krátká trať s motýlkem	Valchov, parkoviště u fotbalového hřiště	16:30
1. 12.	PINKOVIŠTĚ	dlouhé postupy	Blansko, Klepačov	16:30
22. 12.	HÁDECKÁ PLANINA	scorelauf + krátká trať	Brno, Velká Klajdovka	16:30
5. 1.	KOBYLIARKA	krátká trať	Slovensko (Šaštín-Stráže)	17:00
12. 1.	ŘÍČKY	krátká trať s motýlkem	Mokrá-Horákov, Horákovská myslivna	17:00
26. 1.	DOUBRAVKA	dlouhé postupy	Nová Ves	17:30
16. 2.	VOJTÍŠKY	krátká trať	Březina, odbočka na Lhotky	17:30
1. 3.	VESELÝ KOPEČEK 514	krátká trať s motýlkem	Vranov u Brna, u Veselého kopečku	18:00
15. 3.	U BRNĚNKY	okruhy	Ochoz u Brna, odbočka k archivu	18:30

- Sraz je vždy v uvedeném čase na místě uvedeném ve třetím sloupci.
- Přihlášky na každý trénink nejpozději do středeční půlnoci přes členskou sekci nebo e-mailem.
- Doprava po domluvě společně z Brna
- Noční mapové tréninky budou připraveny v délce okolo 50 minut pro muže a 40 pro ženy.
- Délka i charakter trati budou připomínat závod na krátké trati.
- Budou se nepravidelně střídát tréninky s intervalovým startem a hromadným startem.
- Na kontrolách budou reflexi + SI (nezapomínejte svoje SI čipy).
- Na trénincích bude k dispozici pro každého GPS.
- Mapy budou vždy připraveny na PRETEXu a s popisy kontrol.
- U každého tréninku bude po tréninku připraven v dostatečném množství teplý čaj.

Zimní mapové tréninky:

26. 11.	LIPOVÝ VRCH 478 (1:10000)	sudá – lichá	Brno, Žebětín	9:30
2. 12.	TOULOVCOVY MAŠTALÉ (1:15000)	vytrvalost s mapou	Budislav	9:30
3. 12.	LIPOVÝ ŽLÍBEK (1:10000)	koridory	Křtiny, arboretum Křtiny	9:30
31. 12.	HORNEK (1:10000)	kombotech	Ochoz u Brna, lesní parkoviště	14:00
6. 1.	KOBYLIARKA (1:10000)	akce TSM	Slovensko (Šaštín-Stráže)	9:30
7. 1.	KOBYLIARKA (1:10000)	akce TSM	Slovensko (Šaštín-Stráže)	9:30
14. 1.	KNÍŽECÍ LES (1:10000)	okruhy	Neslovice	9:30
21. 1.	ŠIBENÍK (1:10000)	kombotech	Střelice u Brna	9:30
27. 1.	DAMBOŘICKO (1:15000)	vytrvalost s mapou	Dambořice	9:30
28. 1.	SKALKA (1:10000)	starty	Ochoz u Brna	9:30
18. 2.	HOŠTICKÝ LES (1:10000)	shluky	Litenčice	9:30
24. 2.	POHLEDECKÁ SKÁLA (1:15 000)	vytrvalost s mapou	Koníkov	9:30
25. 2.	KAMENNÝ ŽLÍBEK (1:10000)	krátká trať	Hostěnice, parkoviště u propadání	9:30
3. 3.	U PYTLÁKA (1:10000)	kombotech	Zubří	9:30
17. 3.	FRANCOUZSKÝ ŽLEB (1:10000)	vrstevnicový COB	Kramolín	9:30

- Čas uvedený u tréninku je čas srazu v místě tréninku. Místa budou upřesněna na Google mapách.
- Přihlášky na každý trénink nejpozději do středeční půlnoci přes členskou sekci nebo e-mailem.
- Sobotní trénink charakterem trati bude připomínat závod na klasické trati.
- Sobotní mapa bude většinou v měřítku 1 : 15 000 či případnou kombinací měřítek.
- Nedělní trénink bude technicky náročný a na mapách v měřítku 1 : 10 000.
- Na kontrolách budou lampiony + SI (nezapomínejte svoje SI čipy).
- Mapy budou vždy připraveny na PRETEXu a s popisy kontrol.
- U každého tréninku bude po tréninku připraven v dostatečném množství teplý čaj.

Brněnský běžecký pohár:

17. 11.	Pá	Brněnský běžecký pohár „1“	Jehnice, škola	9:00
2. 12.	So	Brněnský běžecký pohár „2“	Vranov, Sportovní areál AMK Zbrojovky Brno	9:00
10. 12.	Ne	Brněnský běžecký pohár „3“	Sokolovna Modřice	9:00
6. 1.	So	Brněnský běžecký pohár „4“	Kuřim, Základní škola Tyršova	9:00
20. 1.	So	Brněnský běžecký pohár „5“	Radostice	9:00
27. 1.	So	Brněnský běžecký pohár „6“	Rájec, Gymnázium Rájec-Jestřebí	9:00
2. 3.	So	Brněnský běžecký pohár „7“	Brno-Nový Lískovec, ZŠ Kamínky	9:00
16. 3.	So	Brněnský běžecký pohár „8“	Boskovice, Western park	9:00
24. 3.	Ne	Brněnský běžecký pohár „9“	Blansko	9:00
7. 4.	Ne	Brněnský běžecký pohár „10“	Šaratice	9:00

- ☑ Brněnský běžecký pohár startuje vždy od 9:00 žákovskými kategoriemi.
- ☑ Kategorie 5 km startuje v 10:30.
- ☑ Kategorie 10 km startuje v 11:15.
- ☑ Přihlášky jediňe předem přes web – www.atletikauni.cz.
- ☑ Vklad 500,- Kč za všechny závody.
- ☑ Závody jsou hodnoceny do žebříčku a počítá se 6 nejlepších výsledků.

Zimní závody:

7. 11.	Út	Předplesání	Žabovřesky
3. 12.	Ne	Adamna cup	Kamechy
10. 12.	Ne	Sprintové štafety	Riviera
7. 1.	Ne	Pohár legendy	Líšeň
13. 1.	So	Krátký den	Dubňany
21. 1.	Ne	Návrat ke kořenům	Hvozdec
27. 1.	So	Hromniční trápení	Blansko
18. 2.	Ne	Bure cup	Bystrc (přehrada)
25. 2.	Ne	O-mikron	Lesná (Majdalenky)
3. 3.	Ne	Adamovský sprint	Adamov
10. 3.	Ne	Bílovecký koláč	Bílovice nad Svitavou
17. 3.	Ne	Kauflauf	

Běžecké testy:

20. 1.	So	Běžecké testy – Lesná = Zhustových 60'	Lesná, rozvodna (MHD 57)	9:30
--------	----	--	--------------------------	------

- ☑ Okruh je dlouhý cca 2 km.
- ☑ Délka tratě pro D je 35 minut + 1 okruh, pro H 55 minut + 1 okruh

12. listopadu 2023

Libor Zřídka Veselý

TJ Spartak první brněnská – Jihomoravský kraj – město Brno – Sportovní centrum mládeže – TJ Spartak první brněnská