

Už o dva týždne v lesoch neďaleko Banskej Bystrice najlepšie dorastenci zvedú boje o tituly európskych šampiónov. Blíži sa moment, keď mesiace enormnej snahy vloženej do príprav, či už z pohľadu organizátora, trénera, alebo samotných pretekárov, sa premenia na vytúžený úspech. V stupňujúcej atmosfére, keď hlavní aktéri finalizujú len posledné detaily, sme stihli s niektorými z nich podedatovať.

Pripravil: Juraj Hammer

# European Youth Orienteering Championship 2017

29.6-2.7 Banská Bystrica



Igor Patráš jr.  
Riaditeľ pretekov

**Bol si nadaným športovcom neustále atakujúcim popredné pozície. V mladom veku si sa preorientoval na organizačnú činnosť. Prečo ?**

Keď som sa vrátil po dlhšej prestávke, zistil som, že v orientáku je stále mnoho skvelých ľudí, ktorí majú chuť robiť niečo aj pre iných. Uvedomil som si, že pretekársky vlak mi už ušiel, tak som sa rozhodol, že naskočim na ten trénerský a organizátorský. Mal som šťastie, že od začiatku sme zdieľali podobné nadšenie s bratom a ďalšími orientákmi z BB. Kde je nadšenie a správni ľudia, tam sa dobre tvorí. A to je odpoveď na Tvoje prečo.

**Aké personálne schopnosti musí mať úspešný riaditeľ pretekov?**

Úspech každého riaditeľa je vlastne úspechom jeho tímu. Takže v prvom rade musí vedieť odhadnúť kto je v čom dobrý a čo zvládne. Riaditeľ nemôže v žiadnom prípade chcieť riešiť všetko sám a musí vedieť úlohy delegovať. Mal by mať cit ako riešiť kritické situácie, kedy veci vypadajú neriešiteľne.

**O pár dní sa začína EYOC 2017 a prípravy sú v plnom prúde. Ako je Tvoj organizačný tím a mesto Banská Bystrica pripravené hostiť pretekárov z celej Európy?**

K dnešnému dňu máme prihlásených 486 pretekárov a trénerov z 25 krajín. Ako som spomínal, aj keď tím nie je veľký, ale zatiaľ všetci fungujú na 100% a stíhame termíny. Máme veľkú podporu od mesta, primátora, viceprimátora, VÚC a miestnych organizácií. V meste sa veľmi tešia na naše podujatie a máme dvere všade otvorené.

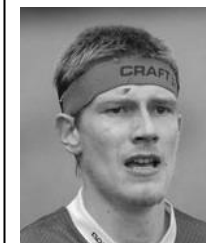
**Možeš nám prezradiť kto tvorí jadro Tvojho tímu ?**

Keďže nie sme veľký klub, tak sú to v podstate všetci orientáci z HBB, ktorí bývajú v BB. Všetci pracujú na pretekoch v rámci svojich možností. Nieкто má možností viac, nieкто menej.

Tešíme sa aj veľkému záujmu dobrovoľníkov, bez ktorých by sme nemali šancu na organizáciu takéhoto podujatia.

**Musel si čeliť nejakým závažným prekážkam súvisiacim s organizáciou ?**

Veľké vrásky nám robili rôzne povolenia a zmluvy na užívanie lesa. Lesy sú už na mnohých miestach súkromné a preto si musia organizátori veľmi dobre rozmyslieť, kde chcú preteky mať. Našťastie sa nám podarilo všetky situácie vyriešiť. Ostatné komplikácie už boli banálne a jednalo sa skôr o ujednocovanie protichodných názorov.



Ondrej Piják  
Tréner dorastu

**Aká bola spolupráca so súčasným dorasteneckým kádrom ?**

Vynikajúca. Ako som povedal, tak bolo.

**EYOC 2017 organizujeme na domácej pôde a určite naši mladí by sa chceli ukázať v čo najlepšom svetle. Sú na to pripravení?**

Jasné, trénovali sme v terénoch susediacich s EYOCom a aj rôznych iných po celom Slovensku – v Malinovej, Mošovciach, Môlči, na Izre, na Silici, v Lemešanoch, v Kuneráde. Prešli sme väčšinu terénov Slovenska a mali rôzne typy tréningov, takže Suchý vrch nás neprekvapí.

Jedine, že by áno, ale aj vďaka tomu budeme lepší v budúcnosti.

**Sú stanovené nejaké výkonnostné ciele resp. aký výsledok by Teba ako trénera dorastu najviac potešil?**

Medaila by ma určite potešila, ale ak budeme mať len najkrajšie dievčatá na EYOCu, budem tiež spokojný.

**Určite máš zmapovaných súperov. Kto sú podľa Teba najväčší favoriti?**

Súperov majú lepšie zmapovaných bežci, ja si len spomínam, že Česi, Švédi, Švajčiari sú dobrí skoro stále. Ale to nie je také dôležité, stačí ak naši bežci pôjdu čisto a rýchlo a výsledok príde.

**J**e dotrénované a za horizontom sa už črtá výzva, ktorá preverí nabehané kilometre v nohách. Z členov Akademik TU Košice boli do reprezentačného družstva dorastu nominovaní:

Viktória Roháčová (W18)

Euboslava Weissová (W16)

Michal Kurák (M16)

A práve tých sme sa opýtali:

**1. EYOC 2017 klope na dvere. Ako prebiehala Tvoja príprava?**

**2. Máš naplánovaný nejaký špecifický dolad'ovací tréning do zostávajúcich dní?**

**3. S akými cieľmi odcestuješ?**

**4. Akú trať preferuješ? Technickú, pomalú alebo rýchly bežák?**

**5. Kto je Tvojím OB vzorom?**



Viktória Roháčová

**1.** Snažím sa vyčistiť svoju myseľ, aby som počas trate nemyslela na nič iné a pridala som do svojho programu beh do kopca a výbeh po schodoch.

**2.** Momentálne sa snažím posilovať členky, ktoré ma trápia už pár mesiacov aby som zvládala traverzy bez úrazu.

**3.** Môj hlavný cieľ je sústrediť sa na trať a byť spokojná so svojim výkonom.

**4.** Toto je pre mňa ťažká otázka, pretože obe trate majú pre mňa svoje čaro. Pri rýchlej trati nemám priestor na veľké chyby, ale nevýhodou by mohla byť moja slabá kondícia, ktorá bude na tejto trati problémom. Pri pomalej trati mám výhodu v tom, že mám pomerne dobrú výdrž, ale mojou nevýhodou na tomto type trate sú moje oslabené členky, ktoré sa snažím ešte aspoň trochu zregenerovať a moja schopnosť záhadne sa stratiť.

**5.** Nevieť, nad týmto som ešte nerozmyšľala. Rozhodne je okolo mňa veľa ľudí ktorými sa inšpirujem a obdivujem ich, ale nemám človeka, o ktorom by som priamo tvrdila, že je mojím vzorom.



Euboslava Weissová

**1.** V klasickej podobe. Pravidelne chodím na tréningy a dodržiujem tréningový plán. Začala som viacej chodiť na bicykel, šľapať kopce a chystám sa pridať si na zoznam aj viac hodín spánku :)

**2.** Trénovať tak ako doteraz, možno doplniť viac voľných behov a najmä sa nevyčerpať pred pretekmi.

**3.** S cieľom nestratiť sa a byť spokojná so svojim výkonom. Chcem podať dobrý výkon a plne sa koncentrovať na trať.

**4.** Obidva typy majú niečo do seba. 'Rýchly bežák' je pre mňa určite viac stresujúca trať, pretože tam sa ťažšie dobiehajú chyby. Naopak na technickej pomalšej trati bývam v lese dlhšie a viac si ho užijem. Radšej sa nad mapou zamyslím a až tak sa vyberiem na postup.

**5.** Vzor je pre mňa každý človek, ktorý svoj šport robí s radosťou. No špecificky v orientáku hľadám inšpiráciu v kamarátoch, trénerovi a v podstate v každom bežcovi, ktorí vie o čom rozpráva.



Michal Kurák

**1.** Moja príprava prebiehala tak, že som mal pripravované tréningy od Kema a môjho otca, ktoré ma mali prispôbiť nominačkám. Nominačky našťastie boli mapovo aj prevýšením nenáročné, čo bola pre mňa proti mojím oveľa ľahším a viac skúseným protivníkom výhoda.

**2.** Áno, pravidelne trénujem na šprint, pretože tam je väčšia pravdepodobnosť úspešnosti pre mňa. Ako som už vyššie spomenul, šprint je rýchly a nie až tak kopcovitý (čo na tohtoročnom eyocu až tak neplatí)

**3.** Odcestujem s cieľom podať najlepší výkon akého budem schopný a dať do toho všetko.

**4.** Je to rýchly šprint s malým prevýšením.

**5.** Tak určite to začína vzormi z môjho okolia, keďže bežcov z ostatných krajín až tak osobne nepoznám a len na základe výsledkov sa vzor ťažko hľadá... Mojimi veľkými vzormi sú Dušan Sláma, Kubo Dekrét a Jakub Chupek, pretože vidím ako sa snažia makať čo to ide a podľa toho dosahujú aj výsledky. Ďalej asi Tomáš Mušínský, pretože jeho rýchlosť by som raz chcel mať a dúfam, že ho raz porazím a keď dosiahnem jeho rýchlosť, tak budem so sebou spokojný. A samozrejme tak isto aj Kemo/Jozef Pollák, pretože raz by som chcel byť tal úspešný a uznávaný bežec ako je on.