

STAVBA TRATÍ

školení R3 - 25. 10. 2014 Sirákov

školení rozhodčích - 21. 11. 2014 Šternberk

OSNOVA

- Pravidla a dokumenty
- Postup a obecné zásady
- Specifika jednotlivých disciplín
- Stupně obtížnosti pro jednotlivé kategorie
- Literatura

PRAVIDLA A DOKUMENTY

- Pravidla OB
 - občerstvení, zakázané prostory, povinné úseky
 - parametry, popisy
 - vzdálenost kontrol (4/2 mm), zaměnitelné kódy
- ISOM2000, ISSOM2007
 - použití dotiskových značek (pozor na chyby v OCADu)
- Piktogramy
- Soutěžní řád
 - definice a podoby mistrovských, soutěžních disciplín
 - startovní intervaly
 - kategorie, směrné časy
- Soutěžní řád VO
 - kategorie, směrné časy soutěží VO
 - startovní intervaly
 - tratě pro veřejnost

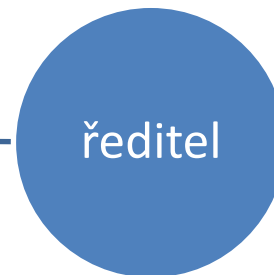
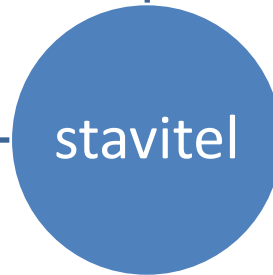
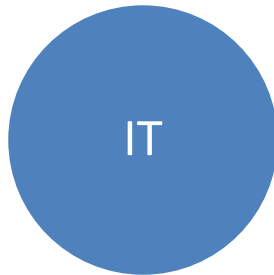
POSTUP A OBECNÉ ZÁSADY

- Před stavbou
 - terén, disciplína
 - umístění startu a cíle
 - určení průměrného času na km (ověřit při testování)
- Během stavby
 - hledání klíčových prostor pro hlavní tratě - stavba
 - stavba žákovských tratí
 - určení vedení tratí (koridorů), stavba ostatních tratí
 - testování => výsledné parametry (délka + převýšení)
- Po stavbě
 - popisy kontrol
 - oponentura s HR
 - štítkování
 - zajištění roznosu
- Spoluúčast při tvorbě pokynů, uspořádání shromaždiště
- Spolupráce s IT (startovky)

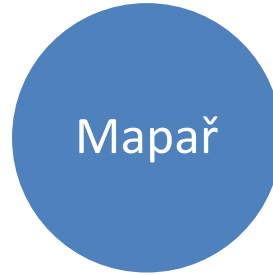
oponentura tratí
dodržení pravidel



startovka -
rozběhové
kontroly,
slučování tratí



shromaždiště
start
cíl



revize
zakázané prostory
prevence (sprint)

UMÍSTĚNÍ KONTROL

- jednoduchá dohledávka (na linii, za linií, blízko zřetelných objektů, blízko jasné hranice, na vrcholu, náběhová strana)
- obtížná dohledávka (menší objekty, v detailních oblastech, v hustníku, negativní tvary, odběhové strany, před záchytnou linií, náběh shora - pata)
- náběhová x odběhová strana
- jednoznačné umístění dle mapy a popisu
- kontrola na náhodu
- férové kontroly - nestavět do špatně zmapovaných míst
- nestavět podobné kódy blízko sebe
- **vzdálenost kontrol (4 mm na mapě - stejný objekt, 2 mm jiný)**

RIZIKOVÉ SITUACE - vyhledávané

- seběh šikmo svahem
- obíhání kulatých tvarů
- náběh shora (skalní paty)
- náběh přes horizont
- homogenní prostředí
- změna nároků na orientační techniku (náběh do hustníku, náběh do členité oblasti)
- omezení závodníkovy pozornosti - změna tempa, náběh shora
- možnost paralelní chyby

SPECIFICKÉ PRVKY

- závisí na možnostech terénu (výběh na zatavení, ...)
- divácká kontrola - snaha o atraktivitu závodu
- povinné úseky - doběh, překonání zakázané, nebezpečné oblasti
- občerstvení - tratě nad 50 min (na postupech, na kontrolách)
- vyznačení zakázaných oblastí
- slučování tratí - spolupráce s IT

STAVITELSKÉ CHYBY

- výběr prostoru, nedostatečné využití prostoru
- příliš jednoduché kontroly (les)
- sporné kontroly (mapa nesedí s realitou)
- kontroly na náhodu - nelze se promapovat (jáma v „prázdném“ hustníku), postupy na náhodu
- podobné kódy blízko sebe
- nevhodné umístění občerstvovaček
- optimální varianty vedou přes nehlídané zakázané prostory
- postupy „v čáře“
- časté protiběhy, velmi ostré úhly
- neadekvátní obtížnost žákovských tratí

DOBRÁ TRAŤ (Novotný, Jedlička)

- maximální využití prostoru, kontroly se nevyhýbají zeleným oblastem (kvalitní mapa)
- dodržení definice disciplíny
- rozlišení postupů - volby, na realizaci, přeběhové (spojovací) - preference voleb a realizačních
- variace délek postupů
- eliminuje prvek náhody
- časté změny směru, využití křížení (pozor na ostré úhly)
- neobsahuje necitlivá stoupání
- chuť si navrženou trať zaběhnout
- vizuálně pěkná trať

SPECIFIKA JEDNOTLIVÝCH DISCIPLÍN

a) denní OB

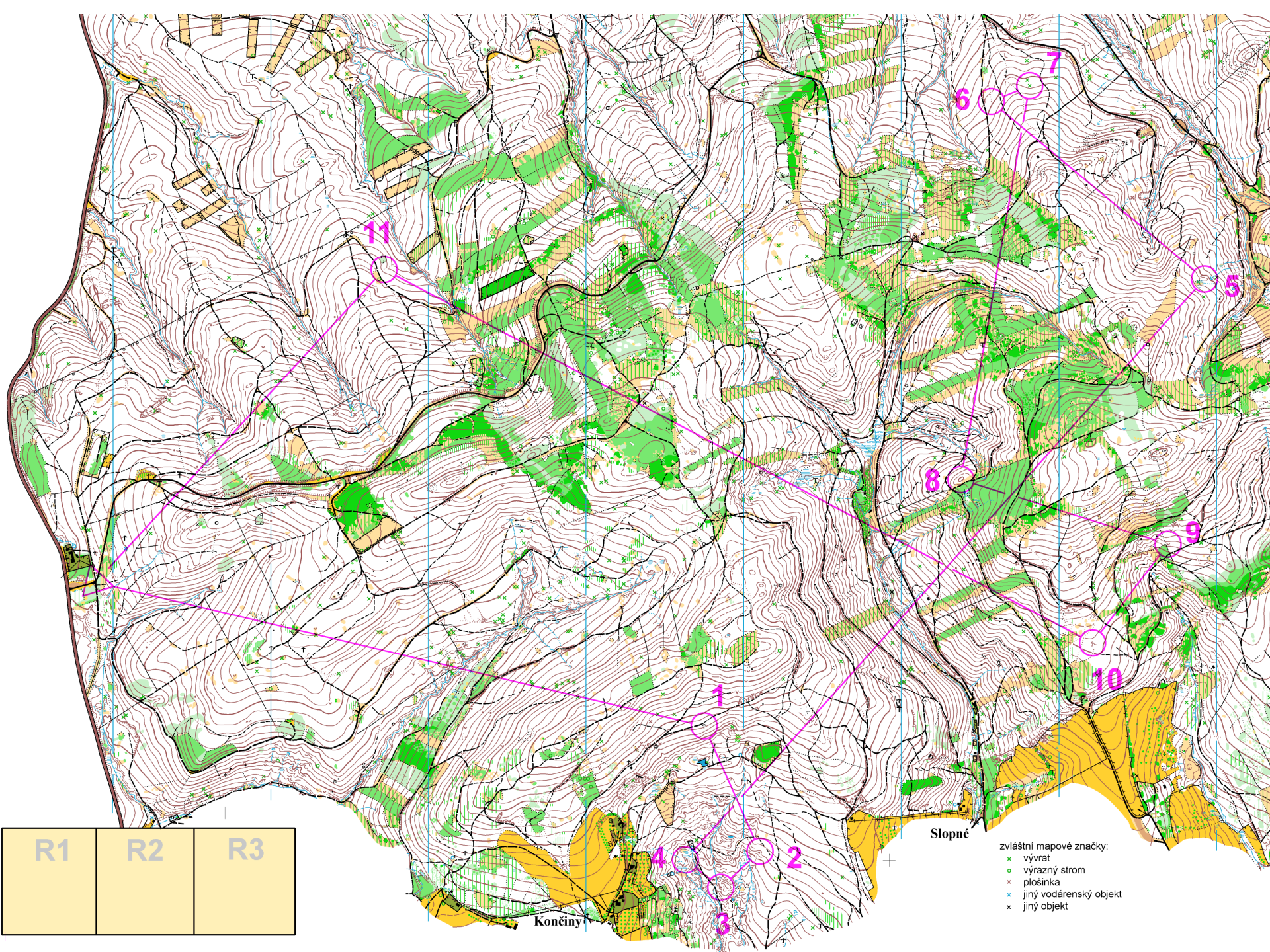
| Disciplína | Sprint, sprintové štafety | Krátká trať | Klasická trať | Štafety |
|-------------------------------|---|--|---|--|
| <i>Kontroly</i> | Technicky jednoduché | Technicky obtížné | Různé technické obtížnosti | Různé technické obtížnosti |
| <i>Volby postupů</i> | Obtížné volby postupů vyžadující vysokou koncentraci | Kratší a střední volby postupů. | Významné volby postupů včetně několika dlouhých úseků | Volby postupů v malém a středním měřítku |
| <i>Způsob závodění</i> | Velmi vysoká rychlost | Vysoká rychlost, ale nutící závodníky přizpůsobit jejich rychlost komplexnosti terénu. | Fyzicky náročný, vyžadující vytrvalost a odhad závodního tempa | Vysoká rychlost, často v těsném kontaktu s ostatními běžci, kteří mohou, ale nemusejí mít stejné kontroly |
| <i>Terén</i> | Park, ulice nebo les umožňující dobrou běžeckou rychlost. | Technicky náročný (detailní) terén. | Fyzicky těžký terén umožňující dobré volby postupů. | Dostatečně komplexní terén umožňující volby postupů. |
| <i>Mapa</i> | 1:4000 nebo 1:5000 | 1:10000 (nebo 1:15000) | 1:15000 | 1:10000 (nebo 1:15000) |
| <i>Startovní interval</i> | 1 min., u štafet hromadný start | 2 min. | 2 – 5 min. (podle SŘ). | Hromadný start. |
| <i>Měření času</i> | 0,1 vteřiny (pokud je k dispozici vhodné měřicí zařízení) | 1 vteřina | 1 vteřina | Pořadí je určeno pořadím doběhu na cílové čáře. |
| <i>Obecná charakteristika</i> | Závod ve sprintu je rychlý, divácky lehce pochopitelný formát, který umožňuje konání závodů v oblastech s větším výskytem populace. Sprintové štafety jsou závodem smíšených týmů soupeřících v přímém souboji, kdy první v cíli se stává vítězem. Vzrušující pro diváky i závodníky. | Závod na krátké trati vyžaduje skloubení rychlosti a přesné orientační techniky po celou dobu závodu. O výsledku rozhodují i malé chyby. | Závod na klasické (a dlouhé) trati má za úkol prověřit všechny orientační techniky, stejně jako rychlost a fyzickou odolnost. | Štafety jsou závodem týmů (tří- či vícečlenných) soupeřících v přímém souboji, kdy první v cíli se stává vítězem. Vzrušující pro diváky i závodníky. |

b) noční OB

Stejná definice jako denní závod na klasické trati, ale závod probíhá za tmy (viz Pravidla OB 4.1), mapa 1:10000 (nebo 1:15000).

KLASICKÁ TRAŤ

- důraz na volby postupů nabízející několik možných variant, dlouhé postupy, hrubé mapování
- různá technická obtížnost - trať může obsahovat jak technicky jednodušší dohledávky a nekomplikované kontroly, tak “middlovatější” pasáže (brát ohled na čitelnost)
- směrný čas až 90/95' (60/70' VO)
- závod je fyzická výzva, test vytrvalosti, odolnosti, houževnatosti
- překonávání / obíhání překážek - hrubé tvary reliéfu, vegetace
- mnohdy využití komunikací
- občerstvovačky pro tratě nad 50'



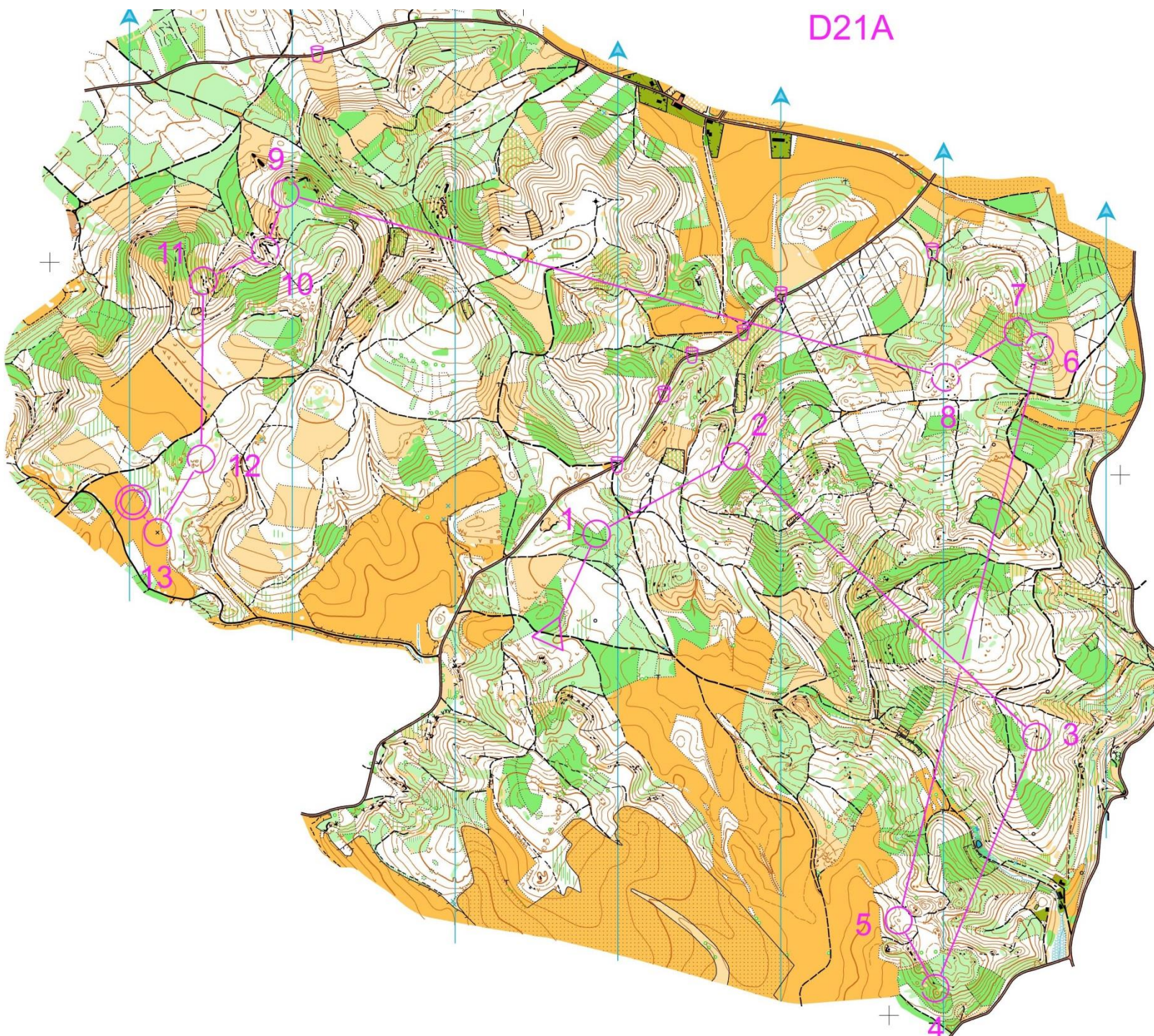
R1 R2 R3

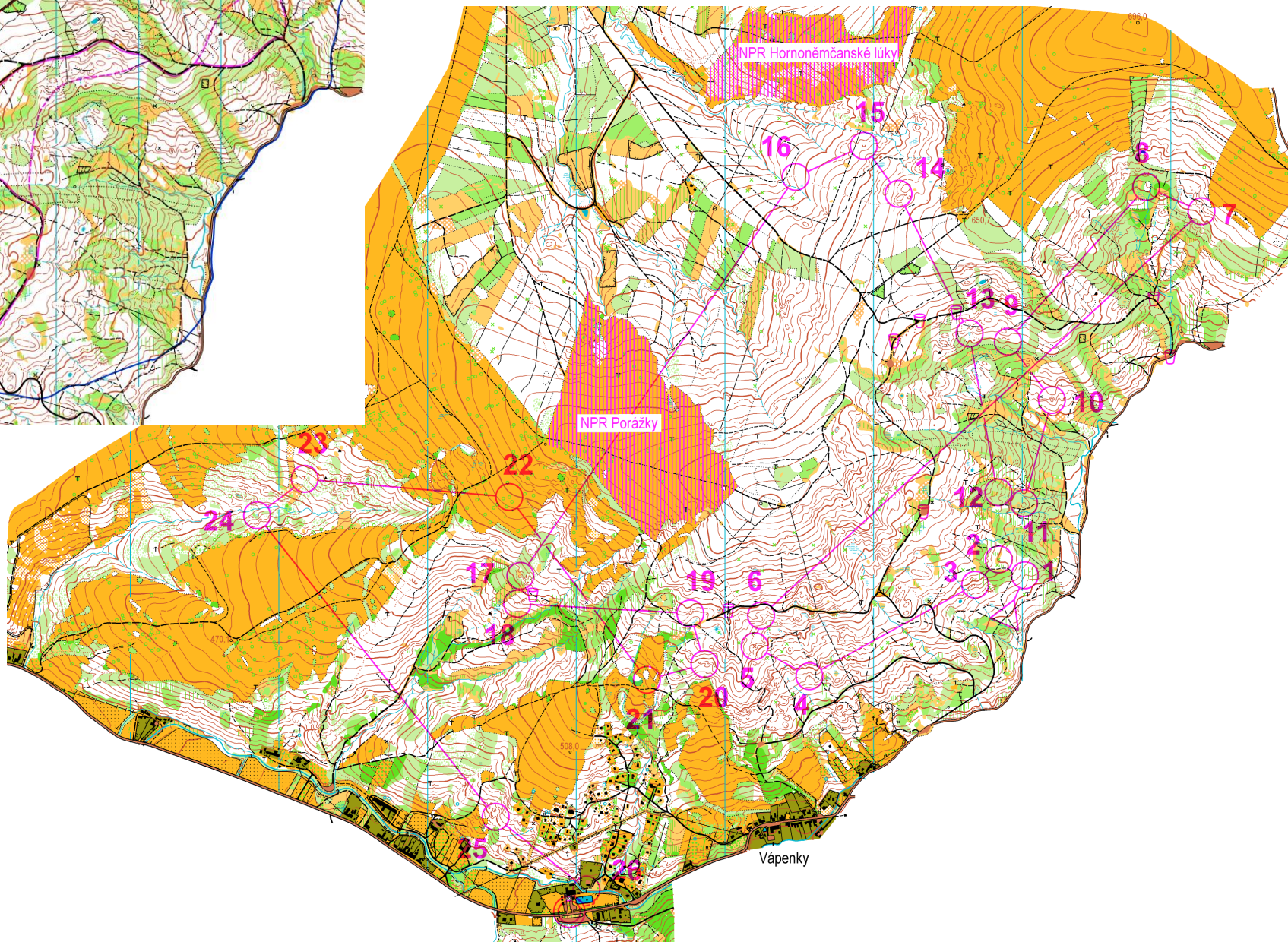
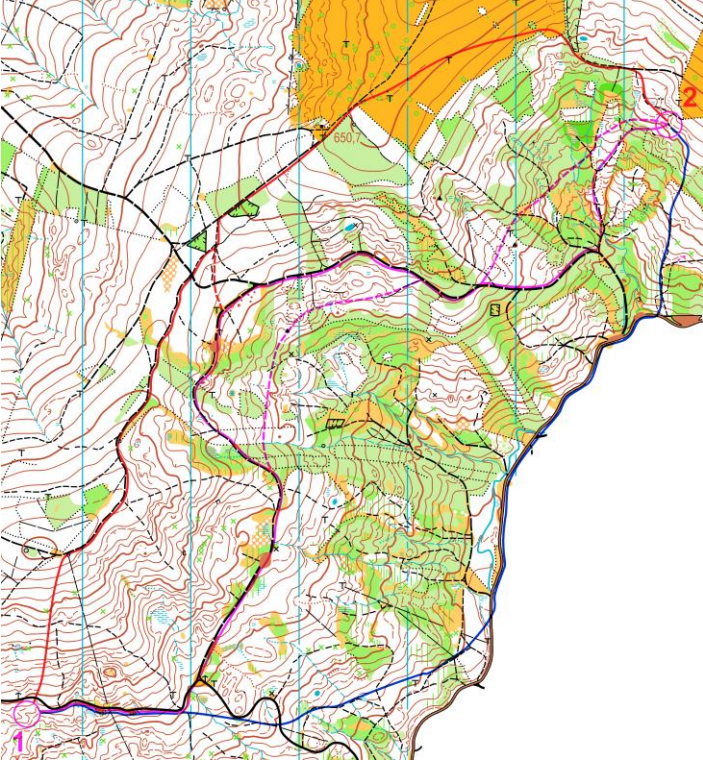
Slopné

Končiny

- zvláštní mapové značky:
- x vývrát
 - o výrazný strom
 - x plošinka
 - x jiný vodárenský objekt
 - x jiný objekt

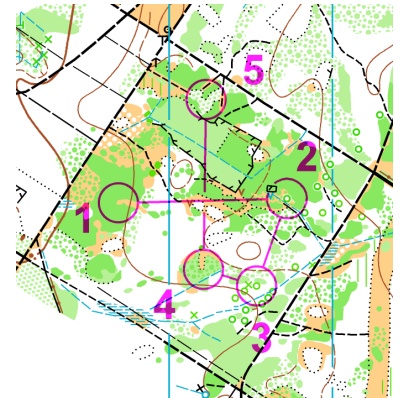
D21A



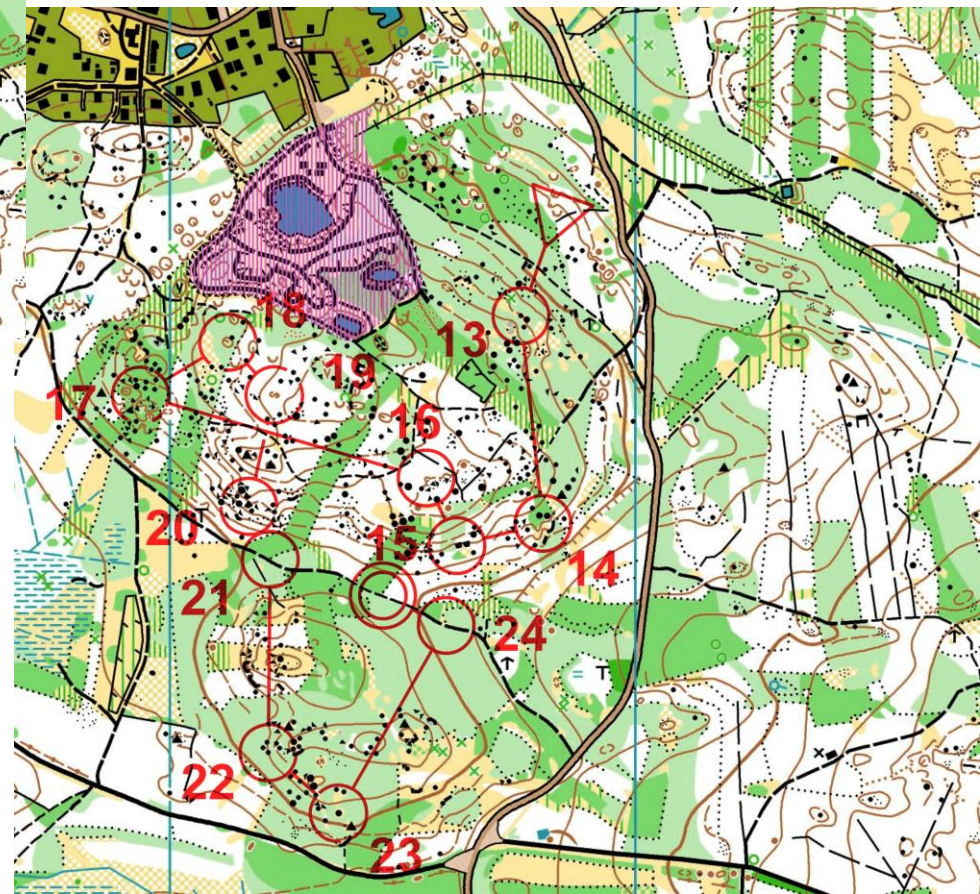
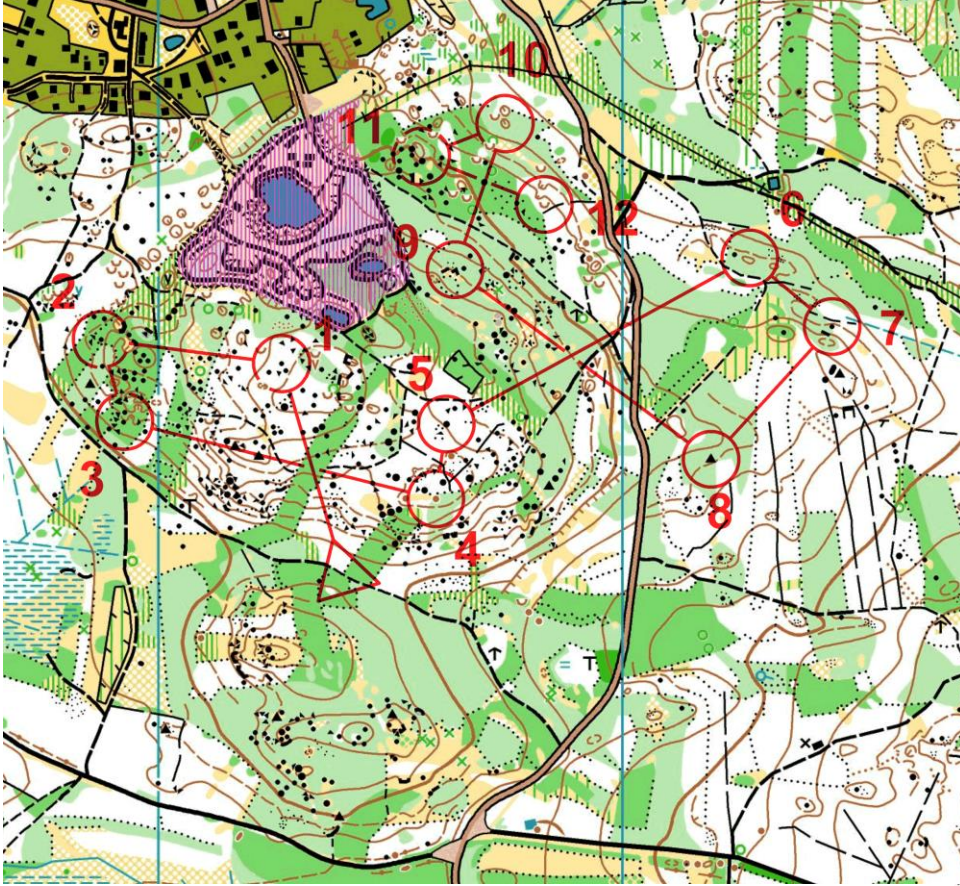


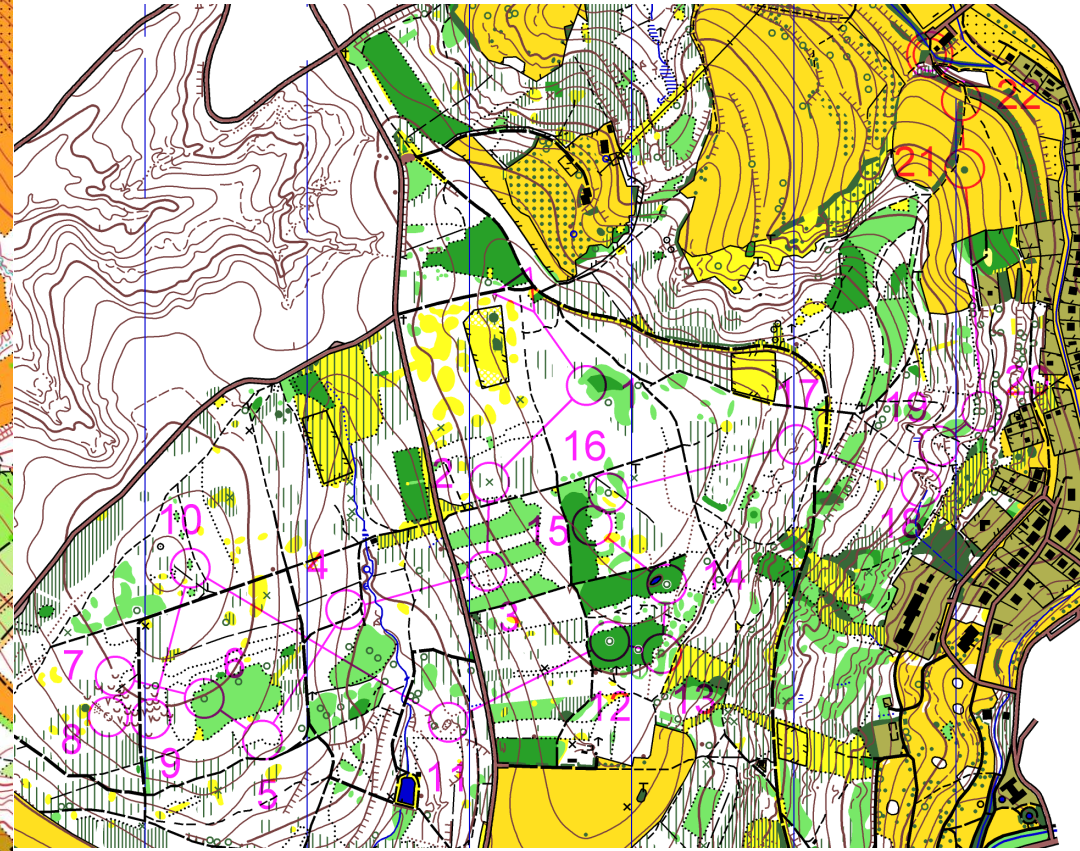
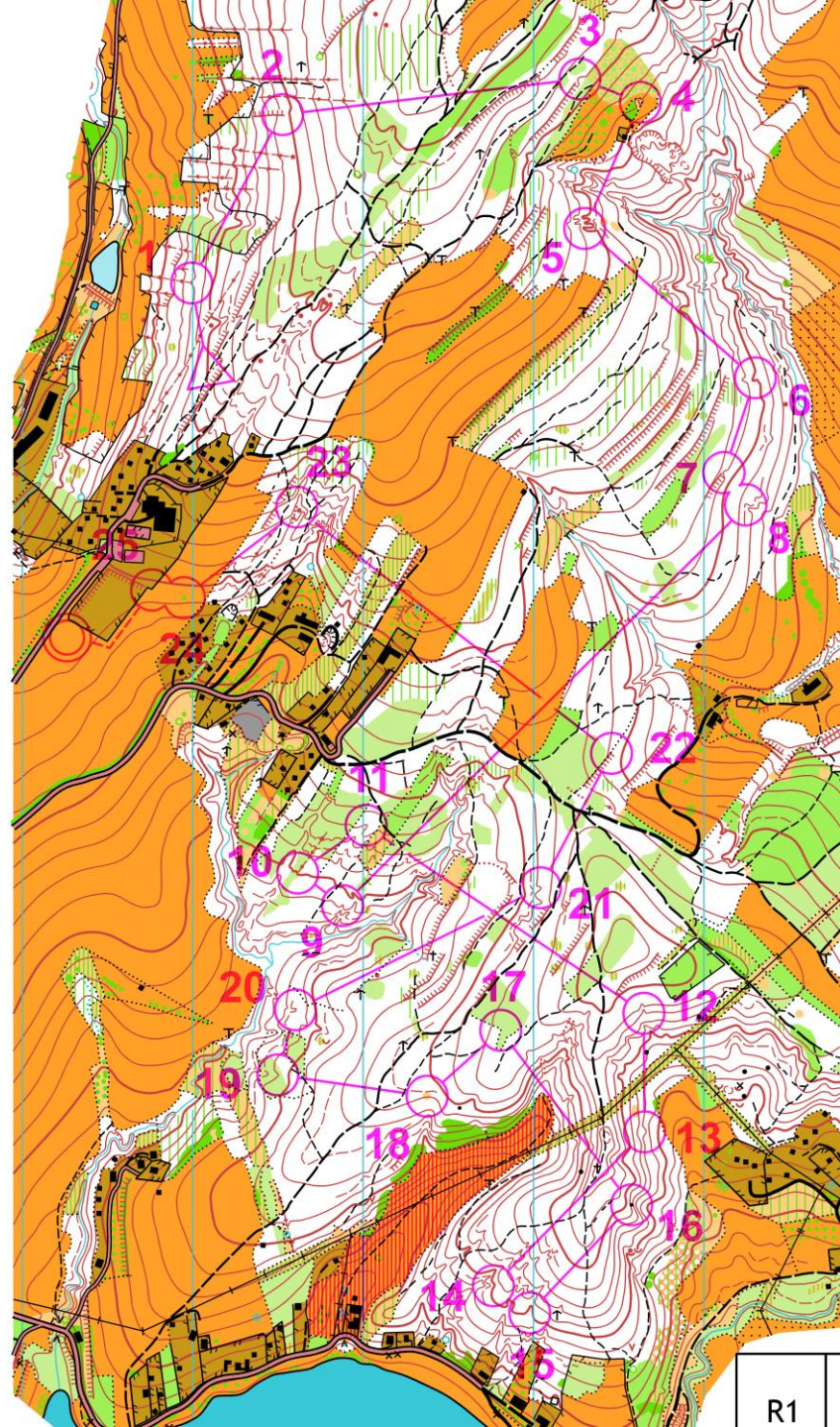
KRÁTKÁ TRAŤ

- vysoké nároky na jemnou mapovou techniku a přesné čtení mapy - výběr z objektů, komplikované dohledávky, vnímání detailů, změny směrů, křížení tratí
- členitý terén - terénní, porostové detaily
- směrný čas až 35'
- mapa 1 : 10 000
- změna tempa a přizpůsobení situace
- využívat komplikované partie, využívat promapované hustníky
- minimálně využívat cesty a jasné linie
- krátké až střední postupy - volby by neměly mít zásadní vliv na výkon
- hodně kontrol, ale... had není middle











R1

middle x klasika

Evidence map OB: 1110xx Z
 Mapové podklady: ortofoto 1:5000
 Mapoval a kreslil: 09/01 - 08/09
 Správce mapy: martin.n
 Tvorba map pro OB: 
 Revize: 10/11 - Pavel Starosta
 Zpracoval a vydal: Jan Vyoral
 OB VIZOVICE, občanské sdružení
 Kontakty: www.vizovice.cz

- Zvláštní mapové značky:**
-  výrazný strom
 -  plošinka
 -  jiný umělý objekt (totem, napajedlo, turistické posezení,...)

Vlastnictví této mapy neopravňuje

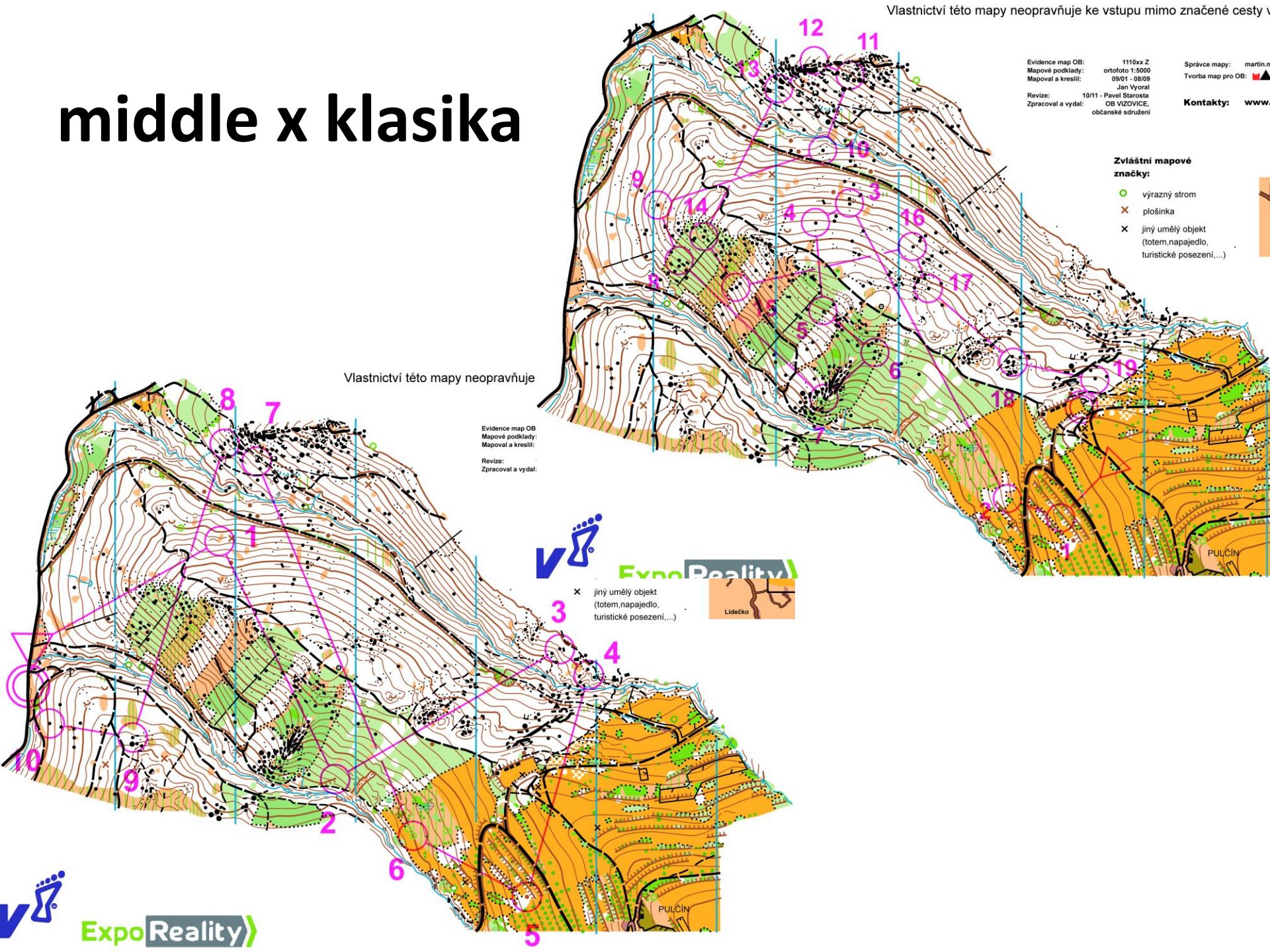
Evidence map OB:
 Mapové podklady:
 Mapoval a kreslil:
 Revize:
 Zpracoval a vydal:



ExpoReality

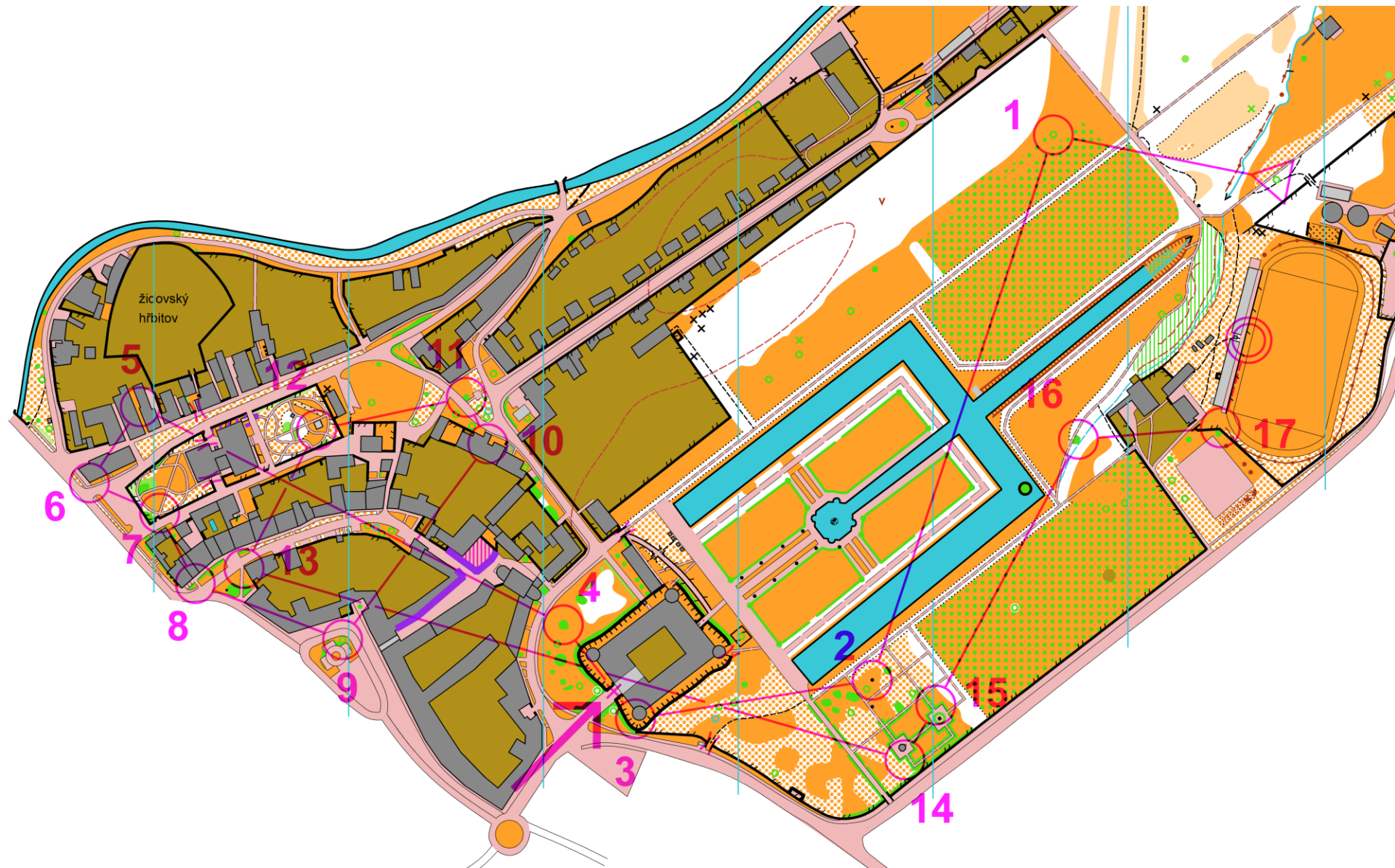
 jiný umělý objekt (totem, napajedlo, turistické posezení,...)

 Lidečko



SPRINT

- nároky na rychlé rozhodování v maximálním tempu
- důraz na volby postupů
- technická jednoduchost - nenachytat na dohledávky
- směrný čas do 15 min (12' pro DH16-21)
- ISSOM 2007 - definice nepřekonatelných objektů
- prevence porušení pravidel - čitelnost (předejít překonání nečitelných tvarů), komunikace s mapařem, rozhodčím, víceúrovňové prostory
- vyznačení průchodných a zakázaných oblastí
- kontrola sporných a nepřekonatelných míst



žicovský
hřbitov

5

6

7

8

9

13

4

3

0

11

10

12

14

15

16

17

1

16

17

15

14

2

H21

Zlínský kraj

GEO

vavrys.cz

map OB
2013)
/2014)
odklady
Luhačovice Miramare (2006), vlastní měření
laser Slovan Luhačovice
OOB TJ Slovan Luhačovice
www.ob-luhacovice.cz

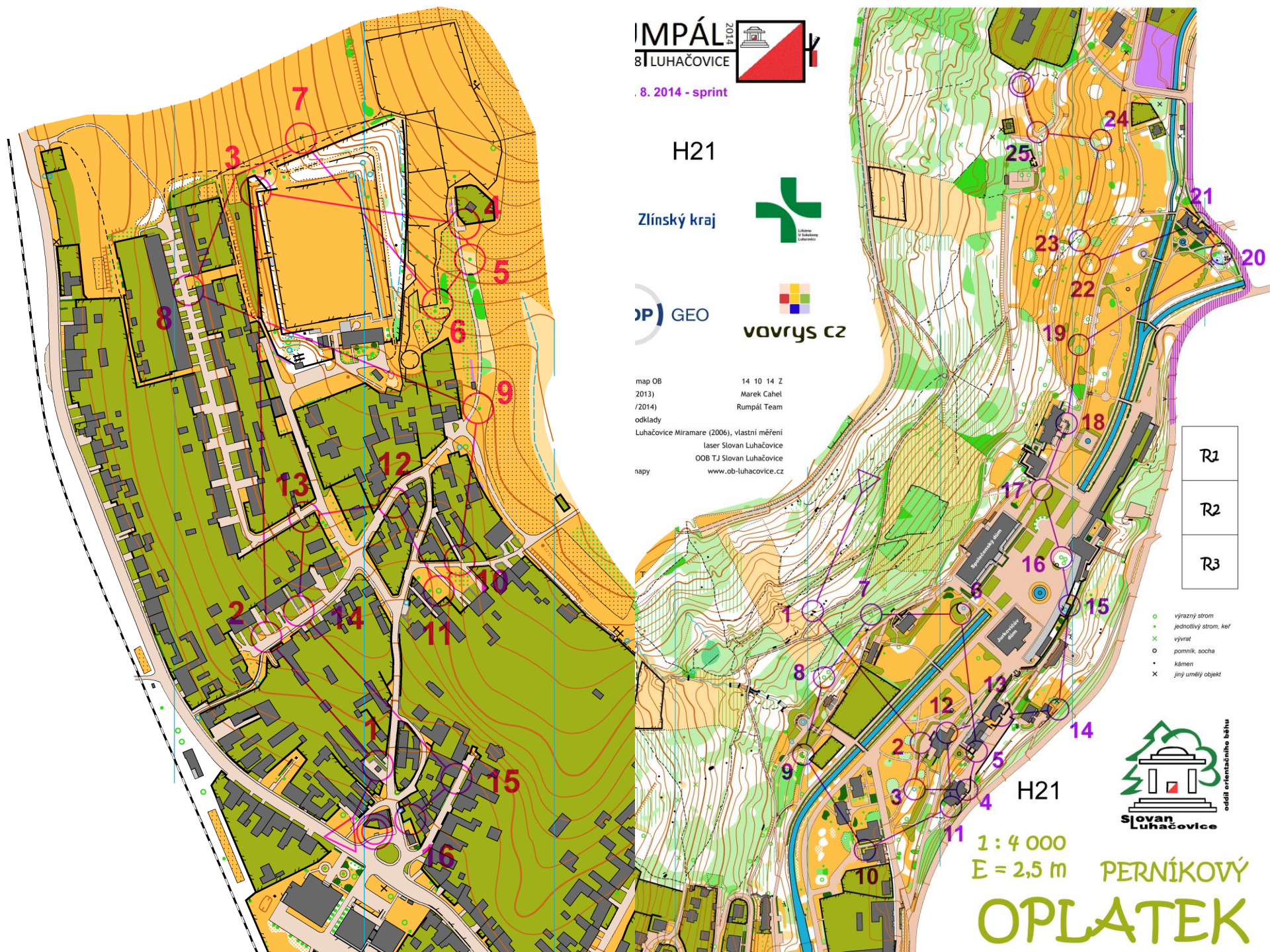
14 10 14 Z
Marek Cahel
Rumpál Team

- R1
- R2
- R3

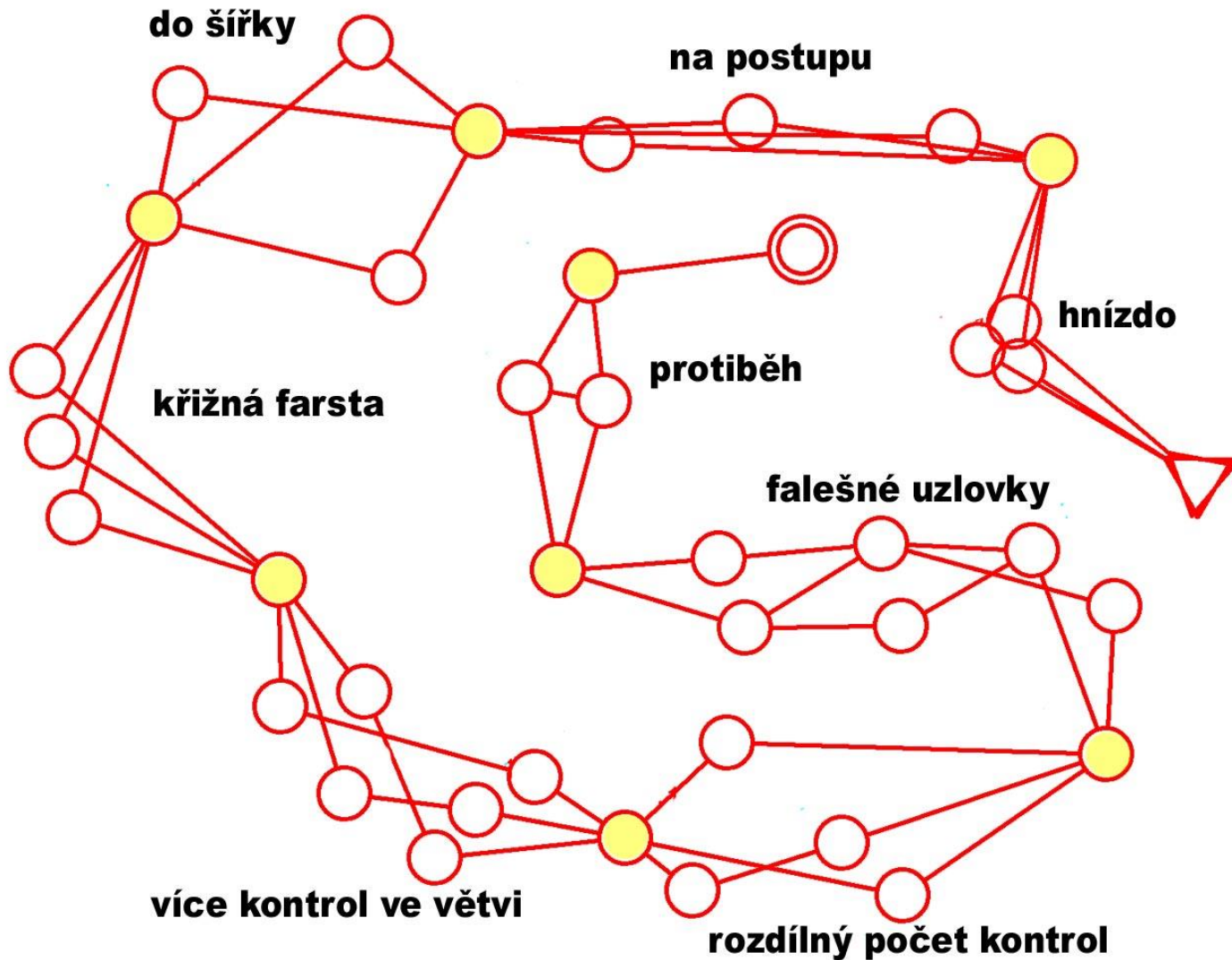
- výrazný strom
- jednotlivý strom, keř
- ✕ vývrát
- pomník, socha
- kámen
- ✕ jiný umělý objekt



H21
1 : 4 000
E = 2,5 m
PERNÍKOVÝ
OPLATEK



ŠTAFETY (Jedlička)



STUPNĚ OBTÍŽNOSTI

- definovat adekvátní trať podle orientačních schopností
- odlišení disciplín od staršího žactva / dorostu
- žákovské x soutěžní x veteránské tratě
- tratě pro veřejnost
- stavba OŽ x MČR

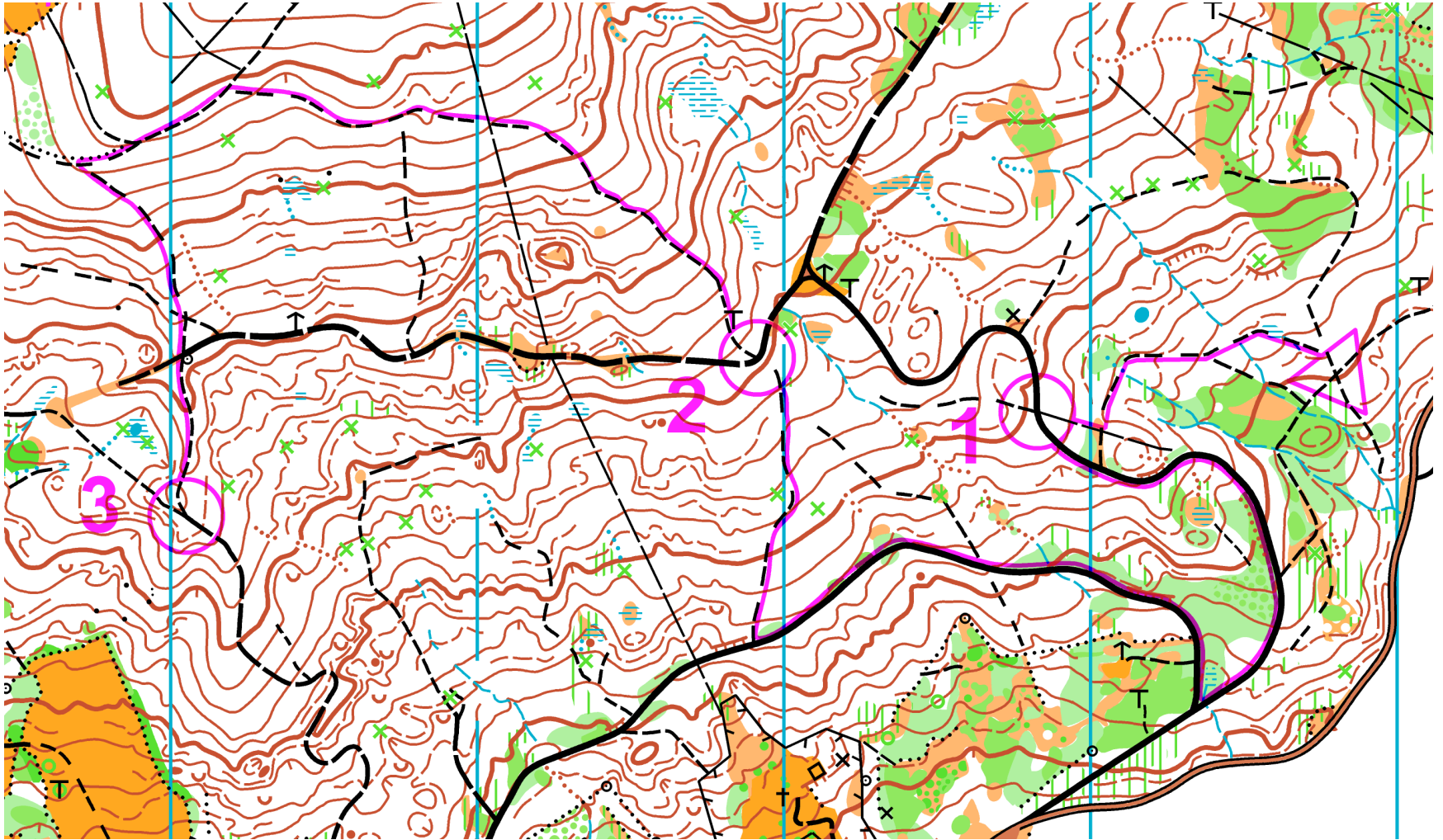
ŽÁKOVSKÉ TRATĚ

- nezáladné, adekvátní technická obtížnost
- raději jednodušší úvod
- využití cest a vodicích linií - záchrana i pro starší žáky
- kontroly na jasných objektech
- omezit prvky kvalitní elitní tratě (křížení, kontroly na odběhové straně, obtížné dohledávky...)
- špatné reakce na chybějící informace na mapě
- vyhýbat se nebezpečným oblastem (skály, srázy, silnice,...)

DH10N - liniová, HDR

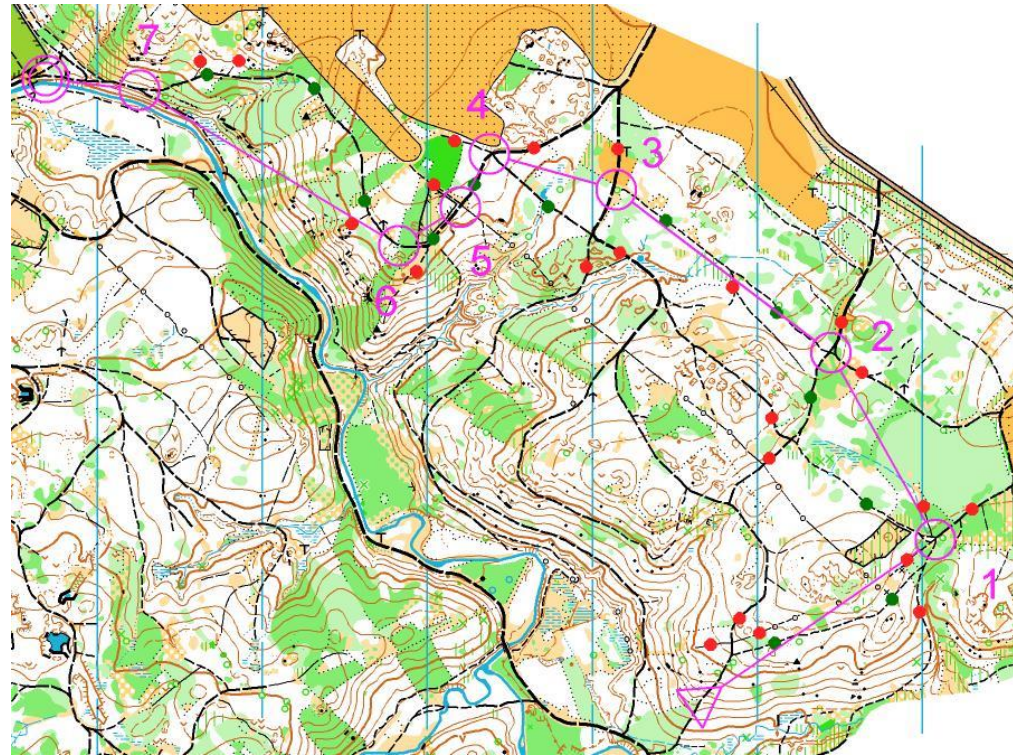
- linie vede po cestách, zřetelné hranici,...
- trať zřetelně označena fáborky (vidět 2-3 dopředu, ne vysoko)
- nabídnout jednoduché zkrácení linie
- z jednoho startu pouze 1 liniová trať!
- HDR aspoň mírně odlišná od DH10N (nemusí mít tolik zkracovaček, celá po cestě - přístup s kočárem?)
- vhodné použít slovní popisy

DH10N - liniová, HDR



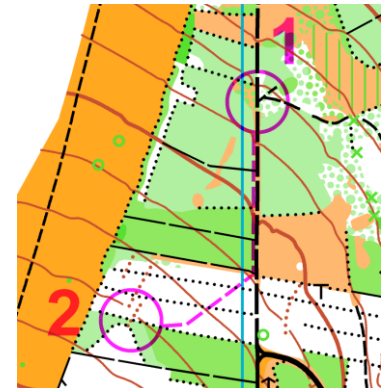
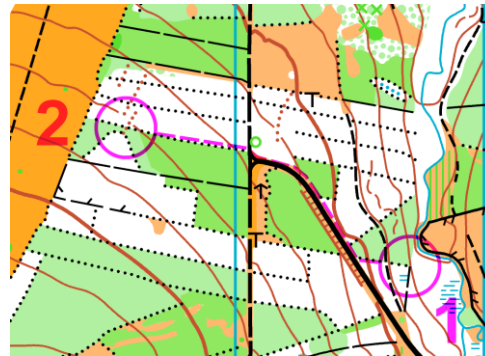
DH10N, HDR - smajlíková

Postupy mezi jednotlivými kontrolami jsou po cestách, pěšinách nebo průsecích. Ve vzdálenosti přibližně 50 metrů za každou křižovatkou jsou na všech větvích smajlíci. Na správném postupu směřící se smajlík, na špatných postupech zamračený. Smajlíci jsou zřetelně vidět z cesty (doporučená velikost 15-20 cm), nejsou však vidět z křižovatky, za kterou jsou smajlíci umístěni.

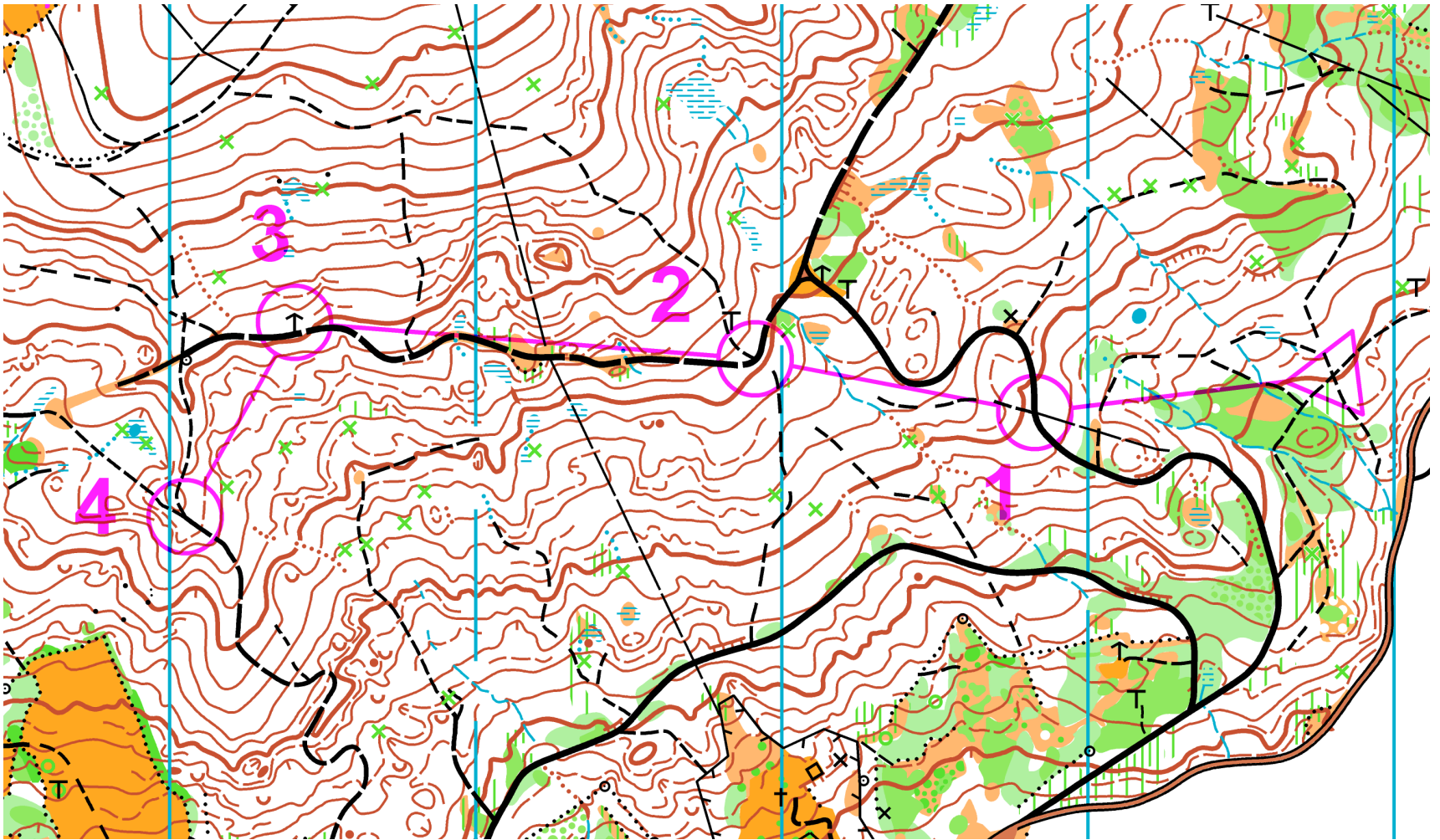


D10, H10

- kontroly na jasných liniích nebo velmi poblíž (v dohledné vzdálenosti)
- možno využít kontroly z DH10N, HDR (ale ne celé tratě)
- jednoduchá verze - kontrola na každé změně směru
- složitější - přehazování výhybek
- nejvyšší obtížnost - zkracování linie terénem (kratší postup)
- raději kratší až střední postupy
- na složité pasáže použít povinný úsek



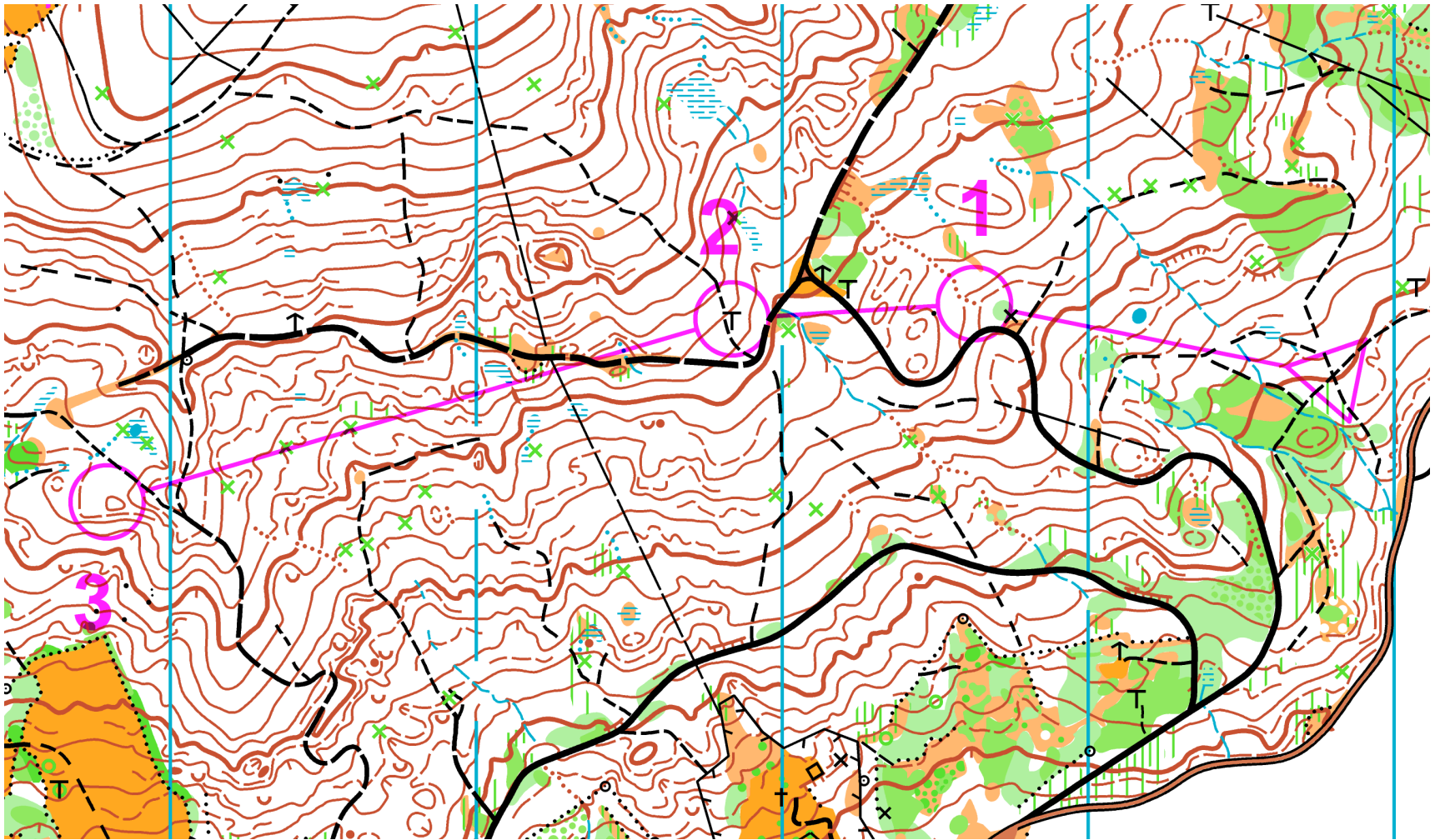
D10, H10



D12, H12

- stále základ v držení liniových objektů
- náznaky voleb mezi jednoduchou obíhačkou a přímějším postupem terénem
- odbočení z linií, vnímání zřetelných zachytných bodů
- kontroly mimo cesty na přivrácených stranách
- neduplikovat se staršími kategoriemi (H12 - D14)

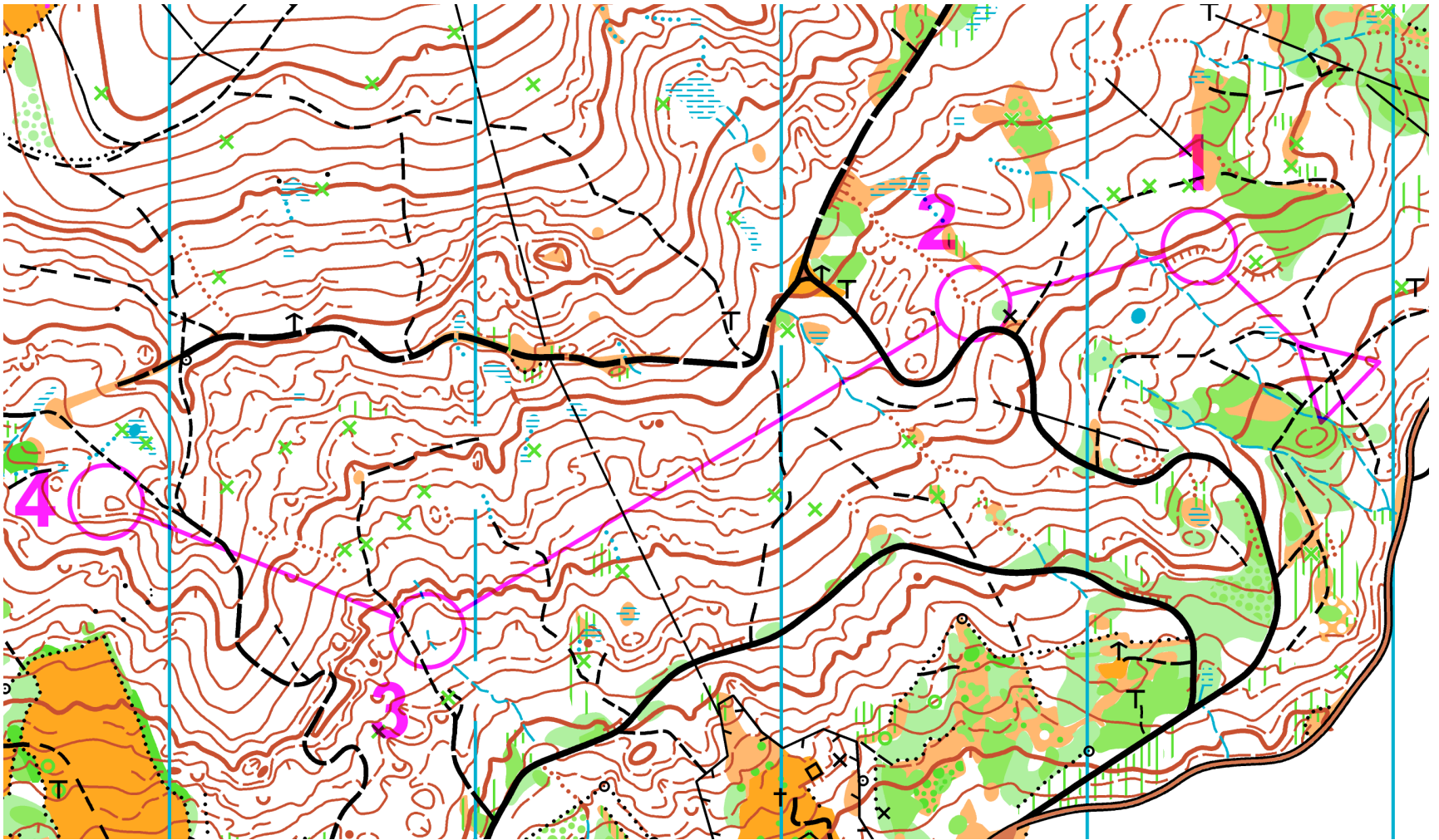
D12, H12



D14, H14

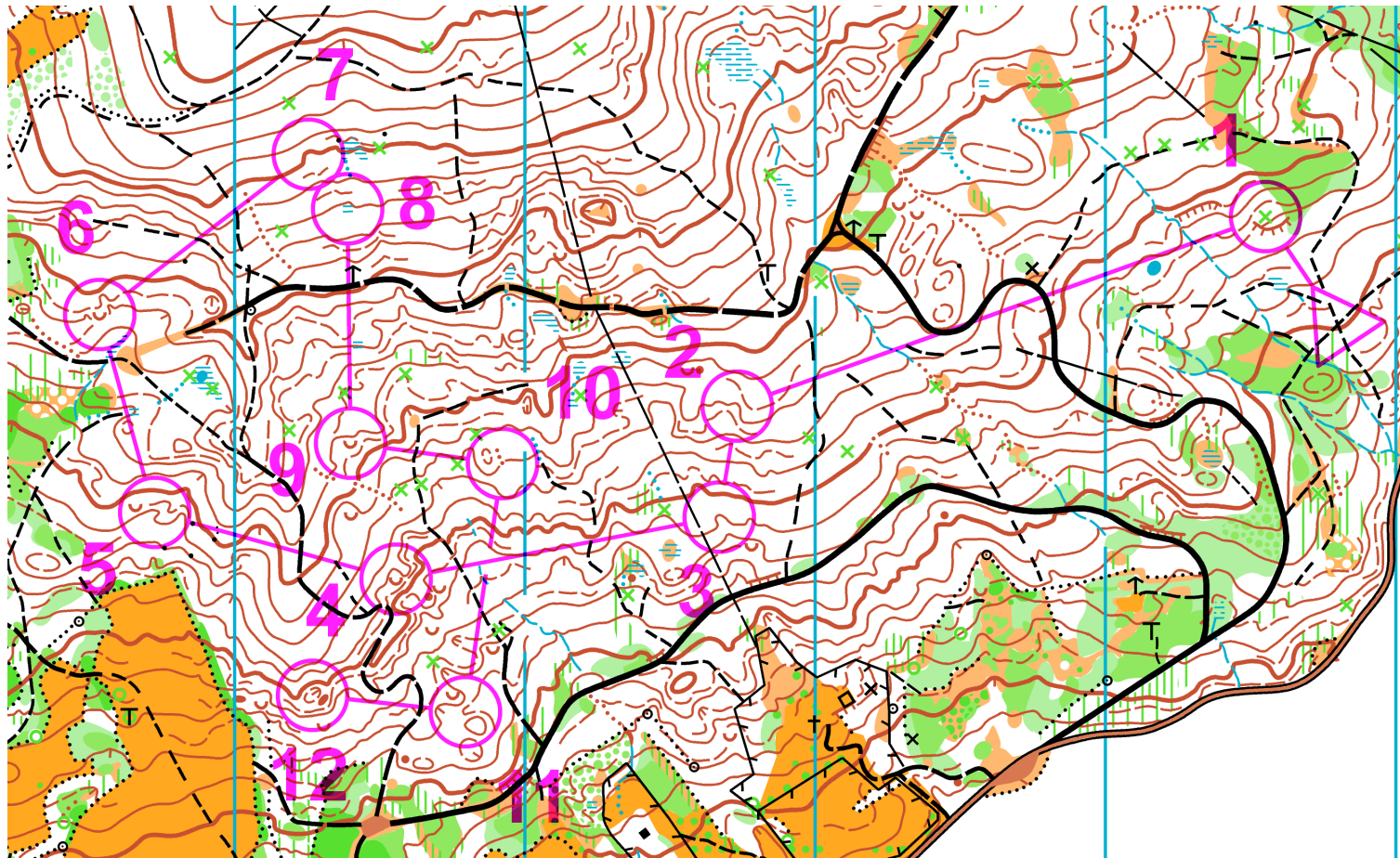
- pokročilejší orientační problémy - práce s buzolou (držení přímého směru), čtení vrstevnic, běhání na záchytné body
- abstraktnější vnímání postupu mimo cesty
- volby postupů - zvýhodnit přímější postup mimo cesty (záchytná linie za kontrolou)
- stále nabízet i jednodušší řešení (vysoká technická obtížnost by neměla celkově převážet)
- lze uplatňovat některé prvky dané disciplíny
- dostatečná fyzická obtížnost (možno zařadit kopce)

D14, H14



SOUTĚŽNÍ KATEGORIE (DH16 - 21)

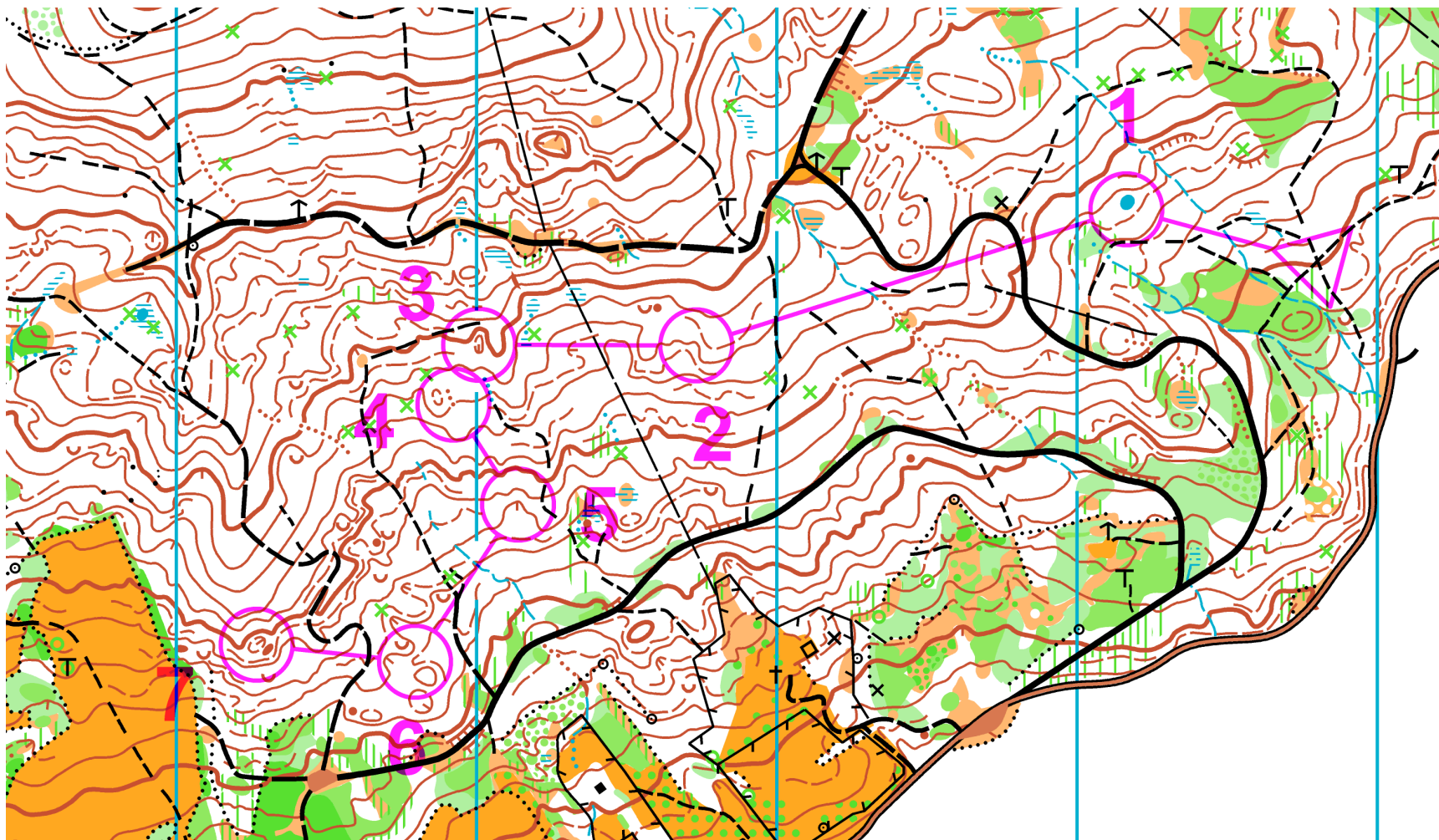
- vysoké až maximální nároky na kvalitu tratí
- tratě vyhovují specifickým nárokům jednotlivých disciplín



VETERÁNSKÉ KATEGORIE

- vysoké nároky na technickou náročnost tratí
- tratě vyhovují specifickým nárokům jednotlivých disciplín (zejm. mladší veteráni)
- použití většího měřítko (např. 1 : 10 000 pro klasiku)
- s rostoucím věkem omezené nároky na fyzickou zátěž (vyhýbat se výběhům, nepříjemným zarostlým pasážím)
- starší veteráni - vyhýbat se jednoduchým cestovkám, nezáživným obíhačkám (raději vložit jednu kontrolu do terénu)
- vzhledem k obtížnosti neslučovat se žákovskými tratěmi

VETERÁNSKÉ KATEGORIE



KATEGORIE PRO VEŘEJNOST

- HDR, P, T
- HDR - odlišná od DH10N (na stejné linii)
- P - jednoduchá trať pro začátečníky (obtížnost cca D12), vhodné slovní popisy
- T - tréninková trať pro zkušenější orientáky nebo odvážné „outdoorové typy“, střední obtížnost (cca H16)
- být připravený - prezentace, natisknout dostatek map navíc

LITERATURA

- Pravidla OB - http://www.orientacnibeh.cz/ob/dokumenty/PravidlaOB_2010.pdf
- Soutěžní řád (Dokumenty OB) - <http://www.orientacnibeh.cz/ob/dokumenty.php>
- Soutěžní řád VO - http://valasska.skob-zlin.cz/index.php?option=com_content&view=article&id=24&Itemid=17
- ISOM2000 - <http://www.orientacnibeh.cz/volny/maprada/klice/isom2000cz.pdf>
- ISSOM2007 - <http://www.orientacnibeh.cz/volny/maprada/klice/issom2007cz.pdf>
- PIKTOGRAMY - http://www.orientacnibeh.cz/ob/dokumenty/piktogramy_vytah.pdf
- LENHART: Stavba tratí pro OB - <http://www.orientacnibeh.cz/ob/dokumenty/StavbatratiproOB-2V.zip>
- JEDLIČKA: stavba tratí - jednotlivci - http://www.orientacnibeh.cz/volny/metodicka_komise/seminar09/Zeliv2009-Stavba_trati_jednotlivci_Jedlicka10.ppt
- JEDLIČKA: stavba štafet a družstev - http://www.orientacnibeh.cz/volny/metodicka_komise/seminar09/Zeliv2009-Stavba_stafet_Jedlicka10.ppt
- NOVOTNÝ: Staveniště (časopis OB roč. 2005)
- KARVÁNEK: Stavba žákovských tratí na oblastních závodech - http://www.orientacnibeh.cz/volny/metodicka_komise/skoleniT21314/T2_13_karvanek_stavba_zak_na_obl.pdf
- ZAKOUŘIL: Žákovské tratě - http://www.orientacnibeh.cz/volny/metodicka_komise/skoleni121123-25/kouty2012_zakouril_zakovske_trate.ppt
- Pořádání kategorií pro veřejnost - http://www.orientacnibeh.cz/ob/dokumenty/poradani_kategorii_pro_veřejnost.pdf
- Dlabaja, Mrázek, Zbranek,...