

Stavba a organizace sprintu

Jan Mrázek

seminář trenérů a rozhodčích

Plzeň, 2018



O čem to bude

- o základní organizaci
- o návrhu tratí
- o specifikách sprintu (volby, umělé překážky)
- na co se připravit, s čím počítat
- kdykoliv se ptejte 😊



Další přednášky

- <http://o-news.cz/stavitejske-okenko-jak-vznikal-sprint-finale-sp/>
- http://krob.eso9.cz/Pages/Akce/161125/Prednasky/Wolf_sprint.pdf
- http://krob.eso9.cz/Pages/Akce/161125/Prednasky/Hosek_SprintRelay.pdf
- http://krob.eso9.cz/Pages/Akce/141121/Prednasky/Jedlicka_MCRSS_2014_Smirice.pptx



Organizace sprintu

- základní organizace podobná jako u „lesních“ závodů – konkrétní kroky ale specifické (povolení, centrum, karanténa, doprava,...)
- výběr prostoru (většinou „není moc na výběr“), ale dá se vytěžit
 - centrum města nezaručuje skvělý terén (ČP Jičín vs. ČP Plzeň)
- podpora institucí (SJC ok: Železnice, Jičín, Lázně Bělohrad) => zajímavé nebo normálně nepřístupné areály
- dát info místním obyvatelům
- o víkendech bývá někde zavřeno



Stavitel je klíčový!

- případně ředitel nebo HR musí mít velké zkušenosti se stavbou sprintu
- je nutný už při výběru prostoru => koncepce tratí => povolení, uzavírky, harmonogram
- a dále jako na jiných závodech (úpravy mapy, rádiovky, GPS, startovní čísla, karanténa, kamery,...)
- potřeba závodních zkušeností ze sprintů (co nejčerstvějších), nebo aspoň dostatečná teoretická příprava
- ideálně tedy zkušenost ze všech směrů



Např. 😊

- sprint z pozice závodníka (MS, ME, SP, MČR,...)
 - z pozice stavitele (Rumcajsovy míle 2013, ČP 2017+2108, SP 2018)
 - z pozice rozhodčího (OM Železnice 2016)
 - z pozice ředitele (ČP 2018)
 - z pozice mapaře (výukové mapy v Jičíně, úpravy závodní mapy na závody viz výše)
 - z pozice kresliče (v OCADu pracuji, příprava map před tiskem)
- =>a stále se ptám zkušenějších nebo mi něco nevyjde 😊



„Představitelská“ příprava

- nastudovat "teorii" - starší závody, GPS záznamy, rozbory postupů, hodnocení, přednášky,...
- organizační věci (kontaktovat ředitele jiných závodů, objet závody)
- zásadní pomůcka – tabulka s délkami
 - změření vzdáleností (ideálním postupem! - zdlouhavé, ale nutné)
 - odhad tempa závodníků v daném terénu
 - díky tomu lze sprint postavit „od stolu“ - přeháním 😊
 - poptat tuto „magickou tabulku“ od předchozích stavitelů
- testování tratí



kat.	počet	sm. č.	SJC		ASU		rozdíl		ASU		mělo by	rozdíl
			čára	reál	čára	reál	čára	reál	čas 1.	min/km		
D10	15	0:12:00	1,5	1,8							2,1	-0,3
D12	50	0:12:00	1,8	2,1	1,3	1,6	-0,5	-0,5	0:08:44	0:05:28	2,2	-0,1
D14	50	0:12:00	1,8	2,4	1,5	2,22	-0,3	-0,2	0:11:28	0:05:10	2,3	0,1
D16A	45	0:12:00	1,9	2,6	1,7	2,49	-0,2	-0,1	0:11:55	0:04:47	2,5	0,1
D18A	40	0:12:00	2,0	2,7	1,9	2,8	-0,1	0,1	0:14:06	0:05:02	2,4	0,3
D20A	25	0:12:00	2,0	2,7	1,9	2,8	-0,1	0,1	0:13:21	0:04:46	2,5	0,2
D21E	25	0:15:00	2,7	3,4	2,0	2,85	-0,7	-0,6	0:13:17	0:04:40	3,2	0,2
D21A	45	0:15:00	2,4	3,0	1,6	2,63	-0,8	-0,4	0:12:42	0:04:50	3,1	-0,1
D21C	10	0:15:00	2,1	2,9	1,5	2,56	-0,6	-0,3	0:12:40	0:04:57	3,0	-0,1
D35	40	0:15:00	2,1	2,6	1,8	2,2	-0,4	-0,4	0:14:52	0:06:45	2,2	0,4
D45	25	0:15:00	1,9	2,5	1,8	2,29	-0,1	-0,2	0:12:21	0:05:24	2,8	-0,3
D55	10	0:15:00	1,8	2,2	1,5	1,8	-0,3	-0,4	0:12:15	0:06:48	2,2	0,0
H10	25	0:12:00	1,7	2,0							2,2	-0,2
H12	50	0:12:00	2,0	2,3	1,3	1,6	-0,7	-0,7	0:08:12	0:05:07	2,3	0,0
H14	50	0:12:00	2,0	2,6	1,6	2,3	-0,4	-0,3	0:10:21	0:04:30	2,7	-0,1
H16A	40	0:12:00	2,2	2,9	2,0	2,76	-0,2	-0,1	0:11:38	0:04:13	2,8	0,1
H18A	50	0:12:00	2,3	3,1	2,1	3,1	-0,3	0,0	0:12:15	0:03:57	3,0	0,1
H20A	30	0:12:00	2,6	3,4	2,1	3,1	-0,6	-0,3	0:12:10	0:03:55	3,1	0,3
H21E	40	0:15:00	3,0	4,2	2,4	3,56	-0,6	-0,6	0:12:39	0:03:33	4,2	-0,1
H21A	70	0:15:00	2,7	3,8	2,2	3,3	-0,5	-0,5	0:13:03	0:03:57	3,8	0,0
H21C	20	0:15:00	2,5	3,2	2,0	2,9	-0,5	-0,3	0:12:41	0:04:22	3,4	-0,2
H35	40	0:15:00	2,3	3,3	2,2	3,15	-0,1	-0,2	0:13:41	0:04:21	3,5	-0,2
H45	45	0:15:00	2,2	3,0	1,9	2,7	-0,3	-0,3	0:13:38	0:05:03	3,0	0,0
H55	20	0:15:00	1,9	2,5	1,6	2,46	-0,3	0,0	0:14:14	0:05:47	2,6	-0,1
H65	10	0:15:00	1,9	2,3	1,3	1,6	-0,6	-0,7	0:13:08	0:08:12	1,8	0,5

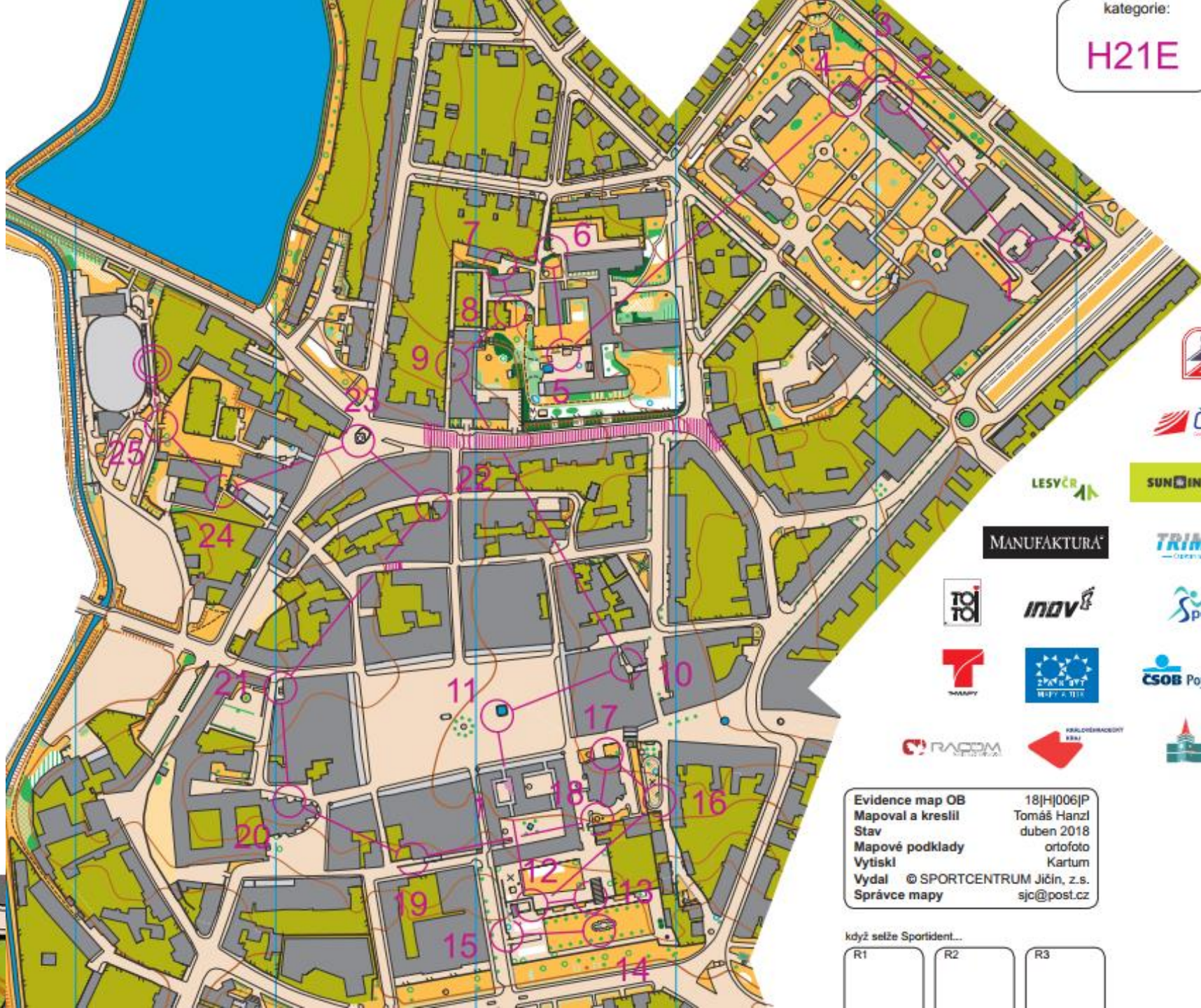
Rozdělení prostoru

- podobné jako u lesních závodů (start, cíl, koridory, přeběhy,...)
- WC na startu
- místo na rozběhovky
- ne všechny tratě do nejtechničtějšího místa
- možnost postavit dětské tratě (ve městech nebývá problém)
- neochudit veterány (to naopak bývá problém – kratší trať, ale zároveň volby postupů)
- pozor na protiběhy a zabíhání za roh (nebezpečně)
- odběhy od kontrol do protisměru (není fair-play)



kategorie:

H21E



Evidence map OB 18JH006JP
 Mapoval a kreslil Tomáš Hanzl
 Stav duben 2018
 Mapové podklady ortofoto
 Vytiskl Kartum
 Vydal © SPORTCENTRUM Jičín, z.s.
 Správce mapy sjc@post.cz

když seže Sportident...

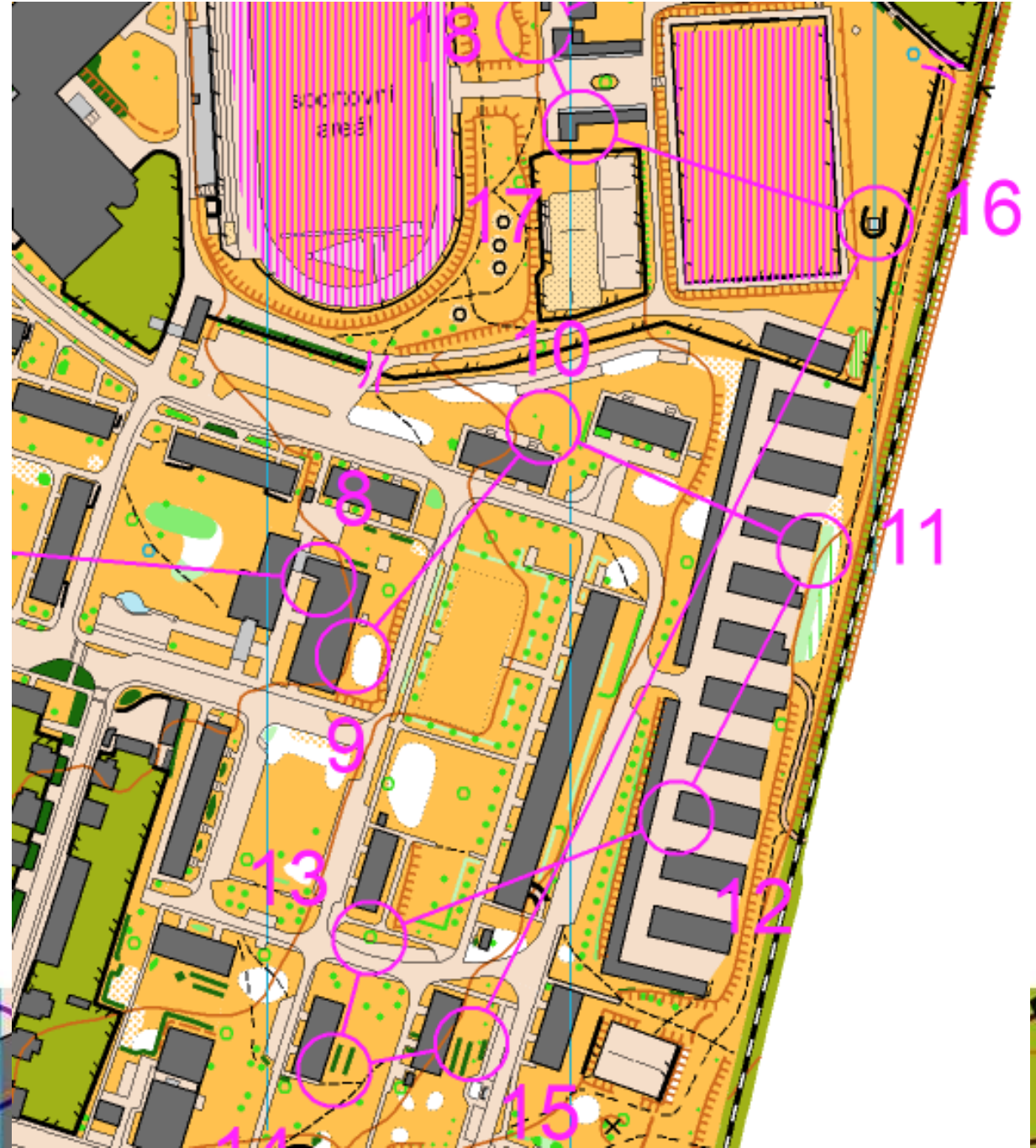
R1	R2	R3
----	----	----



Na co klást důraz

- vše vysvětlit v pokynech
- zdůraznit nepřekonatelné značky (pokyny, ukázky)
 - důležitější na nižších úrovních
- ale stejně počítat s tím, že polovina (?) závodníků připravená nebude
- karanténa?
- pro trenéry: předzávodní sprintová příprava (bus, FB,...)
- i tak nás závodníci vždy překvapí...





Volby postupů

- zásadní prvek sprintu
- =>lesní sprinty a sprinty v prostoru bez možnosti voleb - jen o fyzičce
- lze „zařídit“ pomocí umělých překážek - viz dále
- stavitelův cíl: donutit závodník o volbách přemýšlet
- volby by měly jít odhalit do pár vteřin, pak už to není sprint
- lehký terén: vyrovnaná volba nebo na první pohled nevýhodná
 - trochu nabourává použití SIACu
- těžký terén: složité, ale vyrovnané volby nebo jedna nevýhodná? (viz Wolf SP MB, o-news)



Umělé překážky

- "švábi" - první zmínka z 25. května 2015 na <http://janmrazek.blogspot.com> 😊
- ztěžují jednoduchý prostor
- překvapivý prvek ve známém terénu nebo v terénu, na který se lze dobře připravit předem (návštěva, Panorama, Streetview)
- může být organizačně náročné
 - i při jedné překážce musíte ladit pro všechny tratě!
 - pokud plot, tak půjčit, dovézt, odvézt
 - hlídat, hlídat, hlídat (nároky na materiál i lidi, možné zábory prostoru)



Umělé překážky

- Lázně Bělohrad (1x):
 - „Možná to chtělo využít nějakých "umělých" elementů pro ztížení orientace“
 - „Zvláště oceňuji, že stavitel se vyhnul vymyšlení umělých překážek“
 - „Stavitel ... nevyužil možnosti umělých překážek, které by závodu v tak přehlednému terénu pomohly“
- Jičín (2x):
 - „...s cítem využity i umělé zátarasy“
 - „Stavitel ... neplýtvá moc umělými překážkami a ty byly do mapy dostatečně výrazně zakreslené“
 - „...dobré využití umělých plotů“

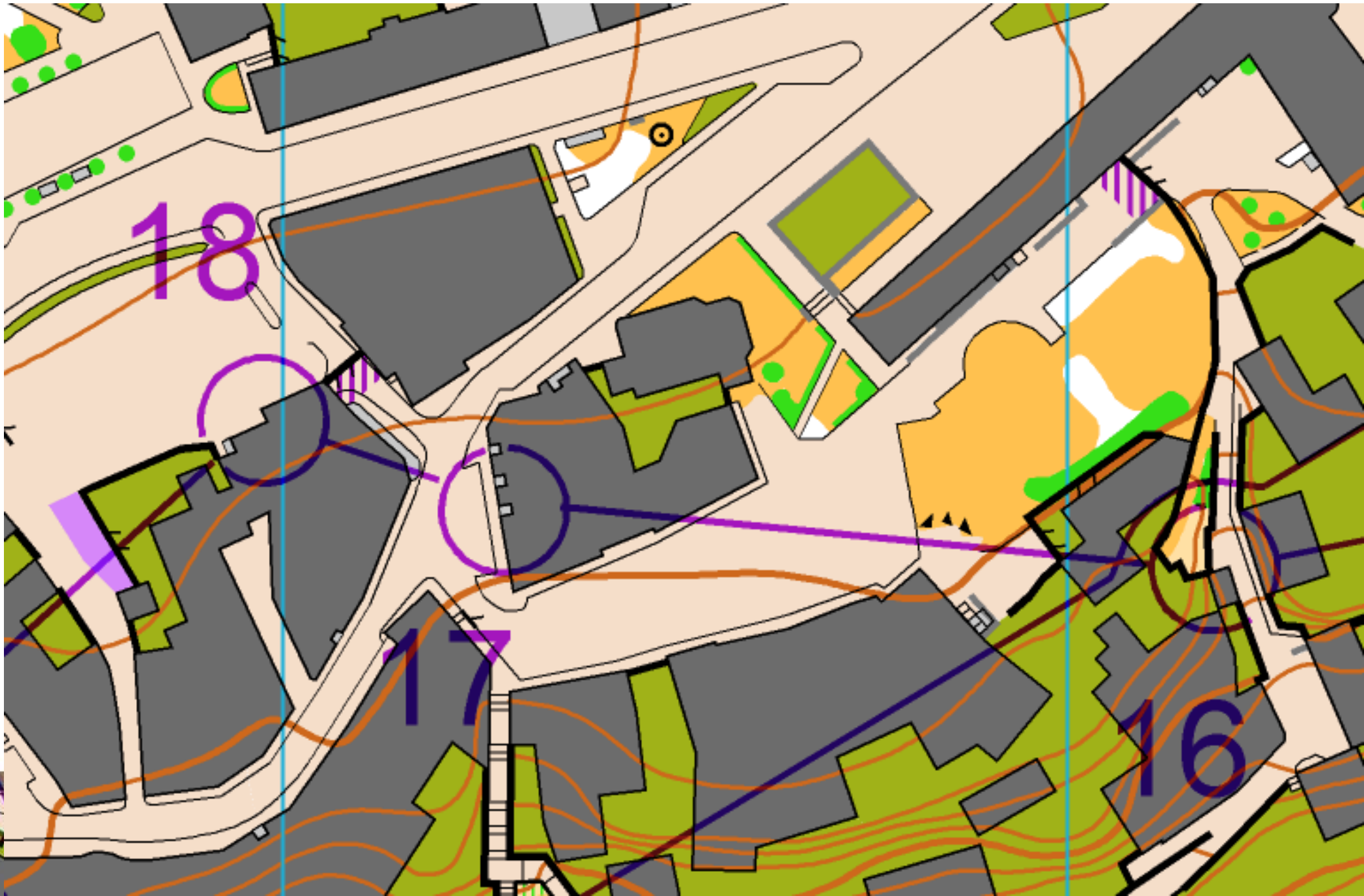


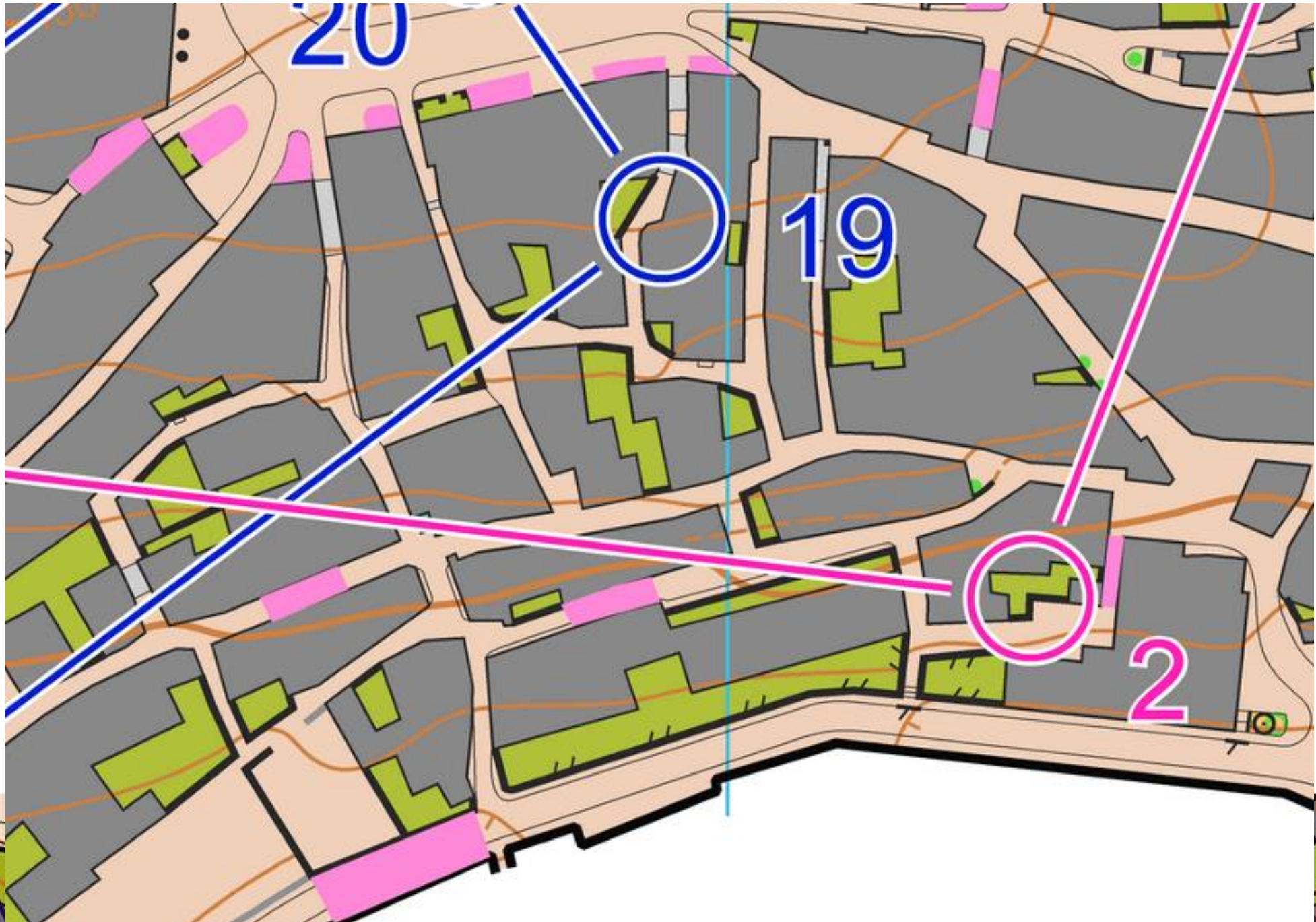
Umělé překážky

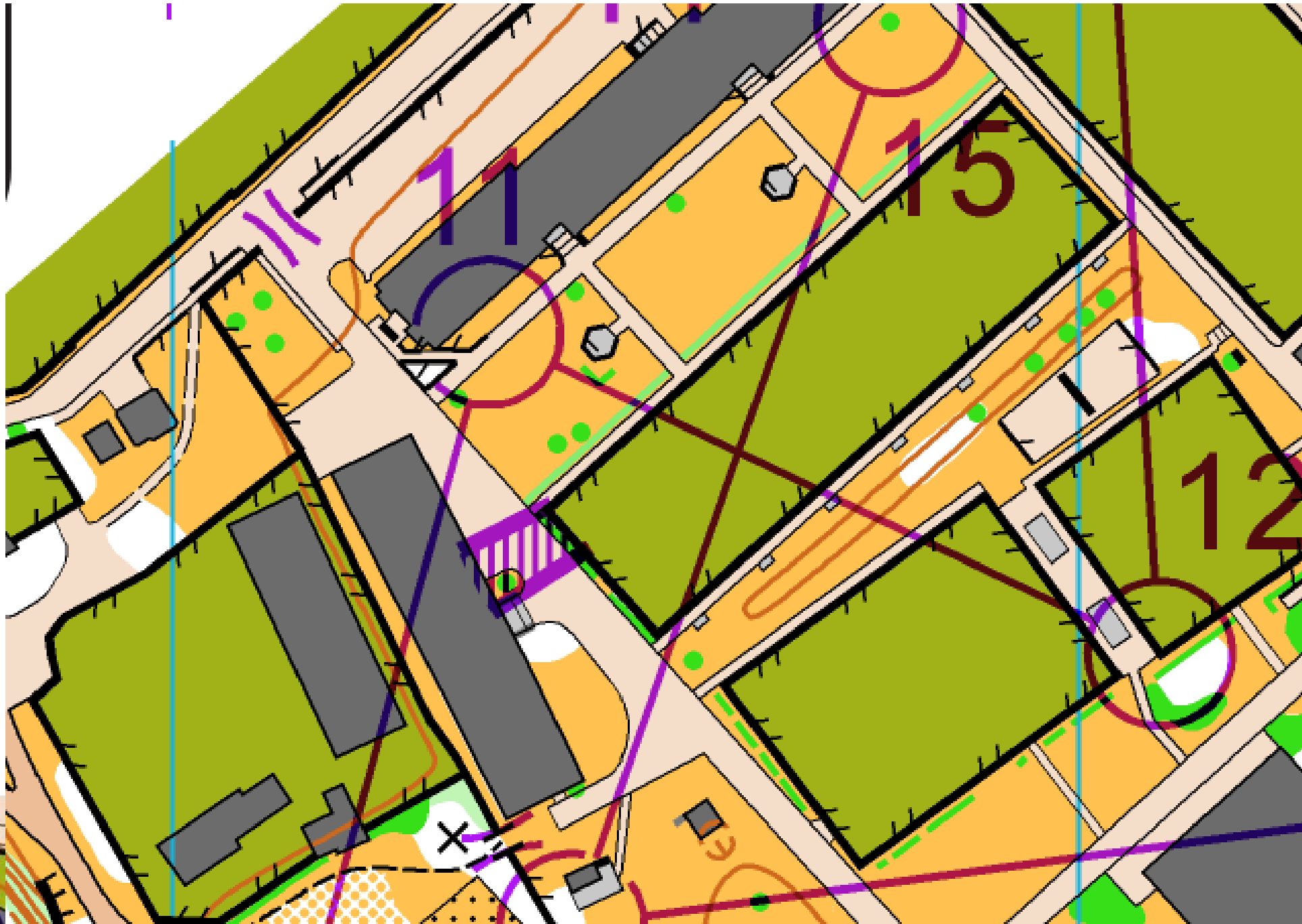
- zákres:
 - neexistuje jednoznačné a jediné dané pravidlo
 - možnosti na příkladech dále
 - fialově vše ve stavěcím souboru (zajištění stejné barevnosti tisku)
 - černě v mapovém souboru (ofset)
- v pokynech:
 - popis
 - ukázka v mapě
 - fotka z terénu
 - na vyšší úrovni to být nemusí – prozradilo by se moc

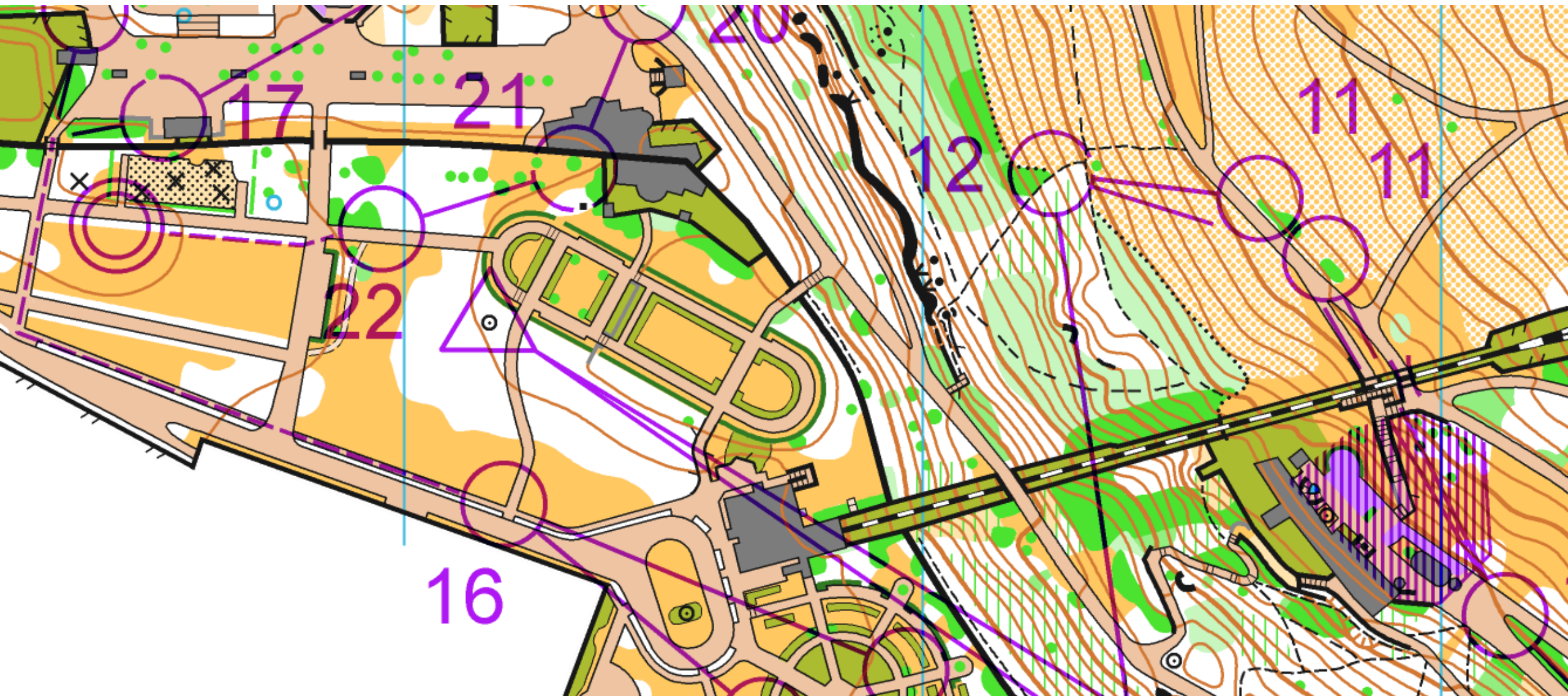


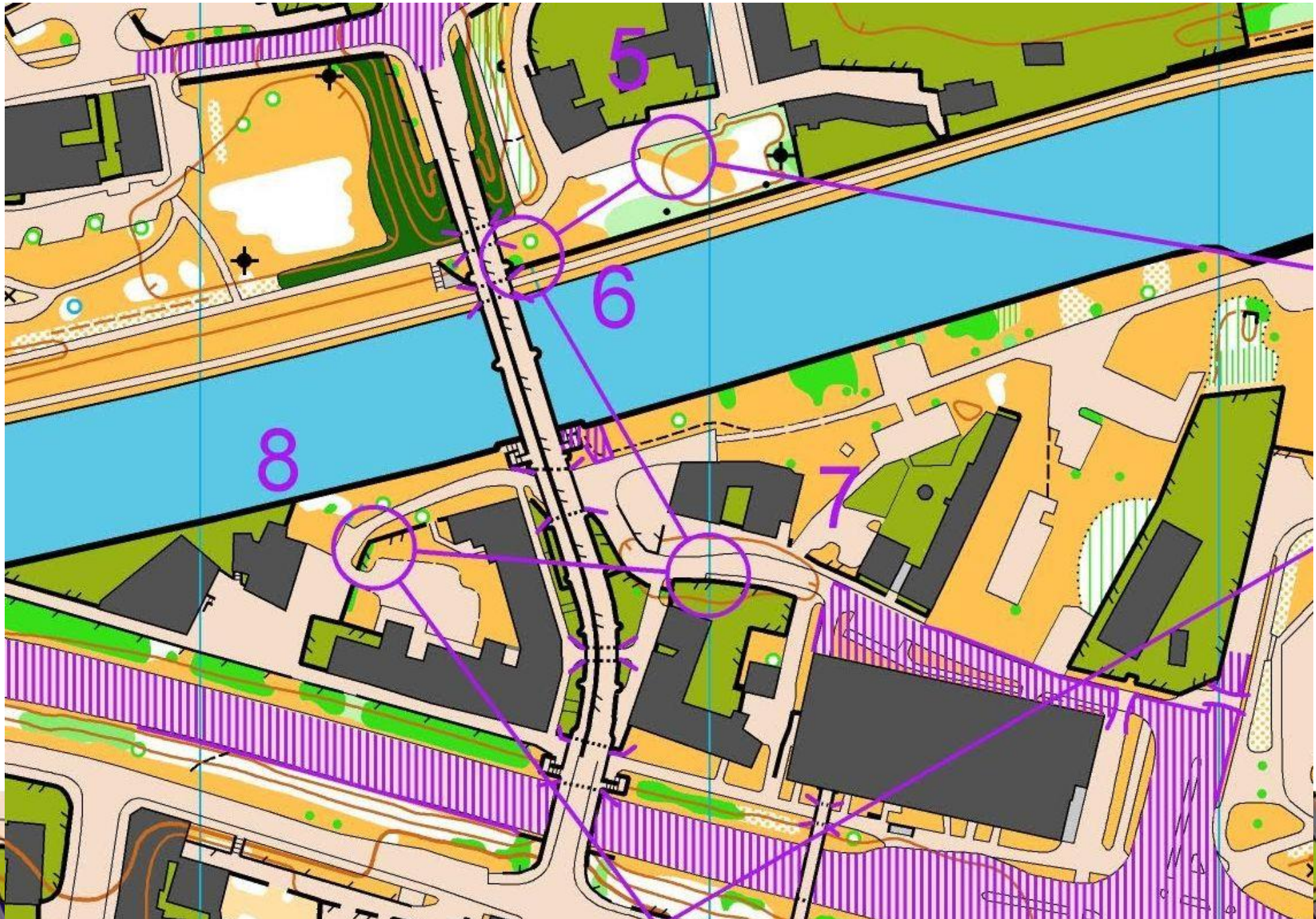












Umělé překážky

- umělých překážek se nebát použít, ale s rozmyslem!
- nechat posoudit i někoho jiného, zkusit za běhu
- na letošním SP v každém závodě jiný přístup - je to o terénu, charakteru tratě, přehlednosti



Další tipy

- televize, karanténa
- radiovky řešit včas (plán u kašny na náměstí, realita - zrušit)
- kontroly s ohledem na fotografa
- průchody zvýrazňovat?
- start – mapy v poslední koridoru, DH21 vepředu
- nově pozor na vzdálenosti mezi kontrolami (SIAC - obrázek JC), stavět postupy s ohledem na bezkontaktní ražení
- hlídat místa, kde hrozí porušení pravidel (i ta nepravděpodobná)



Další tipy

- snažit se o větší záludnost, těžší volby, detailnější mapu atd. bývá často na škodu
- přemýšlejte jako závodník v běhu (pokud se vám tratě zdají jednoduché, je to často proto, že na ně koukáte několik týdnů, v klidu a na zvětšené mapě)
- většině veteránů se bude zdát skoro každý sprint lehký (běhají pomalu, mají čas mapovat)
- naopak žáci běhají sakra rychle 😊



Jsme v cíli

- volná debata „nad mezičasy“ 😊

