

Pomalou končí orientácká sezóna, podzim shazuje listí ze stromů a místy už ho je na zemi tolik, že lampionky už budeme těžko hledat. Místo běhání po venku jsme začali chodit trénovat do haly a počítám, že do lesa už budou vybíhat jen ti nejtřejší.

Ale dost podzimního chladu. V živé paměti ještě máme letní závody, proto se k nim pár postřehy vracím. Hned v úvodu (to pro ty, kteří psychicky nevydrží a nedočtou toto číslo až do konce) prosím některé čtenáře, aby se s námi v příštím čísle *HUSTNÍKU* podělili o své zážitky ze závodů, na kterých jsme je všichni nemohli doprovázet. Martin a Aleš vcelku se ctí bojovali na MČR klasiků ve Vidnavě a Martina s Michalem zářili na MČR oblastních výběrů v Krňanech. Ale ani iniciativě ostatních se meze nekladou. Stačí papír, tužka, T 602, Winword či ASCII formát a je to jako z praku...

- Obsah:
- úvod (už ho máte za sebou)
 - východočeské třídní - KONOPÁČ
 - ZŽ Čechy B - 7. a 8. závod
 - Chotěbořská hodinovka
 - Ron Daws - kombinovaný systém přípravy
 - vzpomínky na Švédsko

Cena východních Čech - 26. - 28. 8. 1994 - Konopáč

Pardubická Lokáda pořádala tradiční třídní závody jako vždy poslední prázdninový víkend. Mezi více než šesti stovkami účastníků bylo lze sem tam zahlédnout i zkratku CTB. Od původního záměru nocovat v kempu na Konopáči, kde bylo také centrum závodu, nás odradilo nepříznivé počasí a marodka. Karlos onemocněl spálou, za nemocnou Evu běhala v D 21 B Dáša Hradecká. Tak nám stačila 2 auta, abychom se v pohodě dopravili tam i zpět a zase tam a zase zpět a tak dále ... Jenom největší drsník oddílu, přílehavě nazývaný tlustý Fanda (při 175 cm výšky váží celých 47 kg), neodolal pokušení a nocoval ve stanu s partou náchoďáků. Pro utvrzení své pověsti s sebou neměl občanku, tak se do kempu přihlásil na moji a potom si u nás v autě zapoměl bundu a svetr. Zima je na něj holt krátká. O tom, že si s sebou sbalil jednu orientku svoji a jednu Karlovu o čtyři čísla menší raději pomlčím.

E 1 byla v pátek odpoledně přímo na Konopáči na mapě stejného jména (MČR v nočním OB 1993). Mapa se asi zalíbila oběma holkám žákyňkám. Martina doběhla třetí a Piňďa dokonce druhá. Já jsem přiběhl šestý v kategorii HE, což taky nebylo špatné. Ferdu zradilo bolavé koleno a start v E 2 nevypadal moc nadějně.

E 2 měla centrum na stadionu v Práchevích. Mapu Krkaňka někteří znají z loňského národáku. Počasí se už definitivně umoudřilo (v pátek ráno totiž byla psi zima a přšelo, ale už odpoledně nás provázelo na start E 1 sluničko) a od rána byl nádherný den. Na start to bylo rozumných 1200 m. Piňďa doběhla v etapě čtvrtá, Martina probloudila až na sedmé místo, celkově však byla stále druhá. Já jsem se se sedmým místem posunul na celkově páté po dvou etapách. Ferda musel tuto etapu opravdu pro zranění vynechat. Po doběhu někteří z nás využili možnost koupele v

místním koupálku. Jeho dno bylo pokryté vrstvičkou jemného bahýnka, tak nebylo možné stát na místě. Každý se klouzal dál a dál do vody. Kdo se chtěl dostat ven, musel chtít nechtě plavat.

E 3 startovala v neděli ráno handicapovým způsobem. Prvních pět v kategoriích běželo dokonce s čísly. Centrum bylo jako loni na národáku na stadionu v Míčově. Na start asi 1500 m, doběh na stadion. Počasí opět parádní, o přední umístění bojovali Lenka, Martina a Petr Vobornas. Martina nakonec uhájila druhé místo a získala licenci B !!! Piňda se vyloupila z lesa šestá a já jsem po boji mezi 4. a 6. místem doběhl pátý.

Byly to, myslím, celkem vydařené závody. Jako rozběhání před podzimními národáky a mistrovskými závody ideální. Výkony těch, o kterých se nezmiňuji, nechávám k posouzení čtenářům bez komentáře.

D12B	6.	Lenka Gregorová	92:00	22:10 (3)	28:25 (4)	41:25 (7)
D14B	2.	Martina Loubková	89:42	21:05 (2)	30:17 (7)	38:20 (9)
D21B	42.	Dagmar Hradecká	404:25	122:11 (48)	146:04 (46)	136:10 (43)
H14B	12.	Petr Hradecký	135:53	44:46 (16)	46:01 (11)	45:06 (14)
H14B	13.	Radek Hradecký	141:41	36:13 (12)	61:39 (17)	43:49 (12)
H16B	22.	Bobeš Loubek	179:57	45:54 (15)	67:09 (25)	66:54 (21)
H18E	20.	Martin Gregor	182:05	50:37 (20)	73:21 (27)	58:07 (15)
H21B		Fanda Šťastný		80:10 (36)	nezúčastnil	disk
HE	5.	Petr Voborník	210:03	63:01 (6)	75:29 (7)	71:33 (3)
H35B		Luděk Hradecký		nezúčastnil	123:50 (19)	nezúčastnil

Zemský žebříček Čechy - B - 7. a 8. závod - Stráž pod Rálskem, Kamenice

Poslední dva letošní národáky pořádaly DOK a TUR. Většinu startujících z našeho oddílu šlo o hodně. Martin a Karel bojovali o Áčko, které bylo na dosah, ale přesto nebezpečně daleko. Museli by oba zaběhnout oba závody na nějakých 96 bodů. To není žádná legrace. Martina a Hubánek bojovali o Béčka. Martina ho sice jistila na třídenních, ale Honza nemá ani v Lize nic jisté. Já (Petr) jsem na tom byl po šesti závodech celkem dobře, ale dva jarní závody mi chyběly, tak jsem musel po oba dny makat. Pohodu měli kluci Královi. Aleš jistil pozici na prvním místě v žebříčku a těžko ho mohl někdo dostat a Michal sledoval soupeře často z uctivé vzdálenosti (co chcete od dvanáctky ve čtrnáctkách). Béčko si však pojistil solidními výkony v jarní Lize, tak se mohl v pohodě koncentrovat a vychutnávat si mapu a trať.

Dopravu opět obstaral Zdeněk Kopecký z Brodu a opět přijeli do Chotěboře dva broďáci sami ve velkém autobuse. Cestou nasedli CHT a tentokrát i LPU, tak bylo v buse veselo. Po malé chybě v dohledávce jsme našli centrum na stadionu ve Stráži. Mapa pokrývá bývalý vojenský prosotr se zbytky po těžbě uranu. Pohádka... Hned po startu těžká část mapy, potom kopce, skalky, prostě paráda. Jenom pořad nevím, proč se mapa jmenuje ŠIBENICE. Z výsledků, které jsme dostali hned v neděli jsme byli trochu rozpačití. Martina doběhla sice hned za Janou Hruškovou, ale až 52. (68:30) se ztrátou 33:12. Míša 44. v čase 83:08 (ztratil na vítěze 40:45). V šestnáctkách Aleš opět dobře (5. za 86:46, ale 15:19 za vítězem). Karlík ztratil na Aleše jen 1:20 (10. v čase 88:05), ale bodů do žebříčku získal jen 81,60, a to bylo prokletě málo. Projevila se zřejmě únava z překonané spály a týdeního pobytu v nemocnici. Honza doběhl 34. v čase 120:04, což na Béčko zrovna nevypadalo. Martin doběhl 5. (81:35), ztráta 8:25 na vítěze nic moc neznamenala. Téměř 94 bodů mu zachovalo naději na Áčko. Neděle měla rozhodnout. Já jsem se z lesa připlazil

7.(79:44) s odstupem 5:09 a vypadalo to, že jsem za vodou. 95 bodů jistilo pořadí okolo 10. místa v žebříčku.

Ubytování jsme měli v sokolovně v Turnově. Po večeři a teplé sprše (pouze pro hbité) jsme usnuli jako dřeva. Jen Martina (spala u dveří) dělala asi do půlnoci vrátnou unaveným závodníkům vracejícím se pozdě z lesa (nebo z hospody).

V neděli ráno jsme dorazili do Kamenice. Z Turnova nás provázel nepříjemný déšť, který však okolo 9. hodiny ustal a počasí nám nadělilo další krásný den. Mapa KOST 1 v měřítku 1:10 000 nás zavedla do letos nejkrásnějšího lesa. Prostor už byl použitý pro jičínské pětidenní v roce dávno. Pochutnání pro mapaře na trati sprintu, poučení pro rychlíky a ty, co mapují jen hrubě. Bohužel, krásný les pohřbil všechny naše naděje. Výsledky závodu sice zatím nepřišly, ale zato máme už žebříček Čechy B (komentář v příštím čísle). Martina sice zazářila (51 bodů), ale na Běčko to už nestačilo. Aleš odvedl solidní výkon, i když se chybička jistě nějaká vloudila. Hubánek tentokrát běžel jako vyměněný (po sobotní hrůze) a Aleše zle prohnal. Na Běčko bylo však pozdě. Karlos v lese pohřbil naději na Áčko definitivně (49 bodů). Martinovi taky závod nesedl a necelých 60 bodů místo potřebných 95 nestačilo. Já jsem se taky nevyvaroval chyb, ale 88 bodů (letos nejméně) naštěstí škrtám.

Děkuji všem, kteří letos na národácích potili krev a věřím, že se nám povede příští sezonu alespoň tak, jako letos.



RON DAWS -

KOMBINOVANÝ SYSTÉM PŘÍPRAVY

(spojení dvou populárních tréninkových systémů dvou sežtově proslulých ternérů - Arthura Lydiarda a Pata Glohessyho).

Ron Daws se bez jakékoliv cizí pomoci zlepšil z průměrného závodníka až k nominaci na OH v maratonském běhu. Ve 22 letech zaběhl 1500m za 4:13, 3000m za 9:06 a 5000m za 15:54, což z hlediska atletiky nejsou příliš skvělé výsledky. O rok později nezávodil, dokud nenaběhal velkou kilometráž a úseky v kopcích. Díky tomu zlepšil své časy na 8:36 a 14:30. To byl již dobrý základ pro úspěchy v silničních vytrvalostních závodech. Daws dobře znal základní elementy tréninku: mimo klasické aerobní vytrvalosti to jsou dlouhé běhy, kopce, rychlostní příprava a závody, to vše spolu s vhodně vkládaným odpočinkem. Ale jak skloubit tyto základní elementy v tréninkovém plánu v průběhu sezóny?

1.ALTERNATIVA : tréninkový systém Arthura Lydiarda, tzv. "teorie tréninkových bloků". Tento systém doporučuje v přípravné fázi sezóny vysokou kilometráž pro zvýšení aerobní kapacity. V další fázi následuje trénink intervalů v kopcích pro vybudování síly. Tyto dvě fáze jsou pak základem pro trénink rychlosti a kvalitní závody. Lydiard nedoporučuje anaerobní intervalový trénink nebo závody ve fázi vysoké kilometráže, odmítá počátek tréninku rychlosti před dokončením tréninku v kopcích. Důležité závody lze absolvovat až po měsíci maximálně tvrdého anaerobního tréninku. Závodit pak lze 1-2 měsíce a tím končí jedna sezóna a začíná druhá (vysoká kilometráž následující většinou po několika dnech či týdnech odpočinku). Tento systém má mnoho výhod - např. minimalizuje možnost zranění v přípravné fázi, každá fáze sezóny přináší jiný druh tréninku. Ale má také jednu velkou nevýhodu - závodí se velmi málo v jediné maximálně dvouměsíční fázi.

2.ALTERNATIVA : Pat Clohessy - trenér Roberta de Castelly - používá tzv.kombinovaný trenink. To znamená, že v každé fázi sezóny "smíchá všechny druhy treninku dohromady" (vytrvalost, fartleky, kopce i rychlost jsou opakovány po celý rok pro budování formy od vrcholu k vrcholu - trenink není proto monotónní, podle průběžných výsledků lze srovnávat výsledky a připravenost).

Ron Daws pro svůj trenink zvolil kombinaci obou těchto alternativ. Výsledek vypadal asi takto: v říjnu ukončil sezónu, na počátku listopadu si Ron udělal dvoutýdenní pauzu (což doporučuje i Lydiard). Do halových závodů mu pak zbývalo 6-7 týdnů, což podle Lydiarda nestačí ani k přechodu od vytrvalostní fáze k treninku kopců. Daws tvrdí, že dobře trénovaný běžec po několika letech treninku nepotřebuje tolik času na vybudování dobré aerobní kapacity. Stačí čtyři až pět týdnů, pak může přijít přechod k treninku kopců dvakrát týdně a treninku na dráze také dvakrát týdně. V tomto období je třeba zaměřit se zejména na dráhu, i když nelze příliš ošidit ani kilometrůž a lze absolvovat silniční závody. V tom tkví důvod pro kombinaci treninku Lydiarda a Clohessyho - během sezóny lze totiž takto závodit mnohem častěji. Ron Daws závodil v této fázi až do konce června. Pak následovala opět vysoká kilometrůž, kopce a kombinovaný trenink, dále závody do října a několik týdnů komplexního odpočinku.

Některé podrobnosti:

- fáze vytrvalostního treninku je poněkud odlišná od klasické představy. Místo co nejvyšší kilometrůže, na níž naváže anaerobní trenink, se Ron Daws vytrvalostních dávek pouze "letmo dotýká" a plynule přechází na kopce a trenink rychlosti. Kombinovaný trenink, který potom následuje, poskytuje dostatečné udržení získané výkonnosti v období závodů. Při kvalitní vytrvalosti tento systém zaručuje pravidelné zlepšování.

- každý vytrvalec by měl absolvovat dráhový trenink, při kterém absolutně vynechává účast na závodech. Velké množství běžců si myslí (zejména ti, kteří jsou zvyklí na obrovskou kilometrůž a delší pomalejší intervaly), že pár dráhových nebo silničních závodů coby rychlostní příprava plně postačuje. Avšak pokud nepřerušíte závodění a nedáte si na rychlostní přípravě záležet, těžko zaznamenáte výraznější zlepšení. Konkrétně Ron Daws v této fázi (březen) běhal 2-3 mílové úseky (v přípravě na maraton).
- nechočete-li nebo nemůžete-li absolvovat s příchodem jara kratší závody (1500-5000 m), absolvujte jako náhradu testy na dráze nebo na silnici plným tempem (100% úsilí).

SESTAVENÍ ROČNÍHO PLÁNU PŘI KOMBINOVANÉM TRENINKU

1. aerobní příprava /AP/
..... 9 týdnů od 1.11 do 15.1
2. rozvoj síly v kopcích /K/ - poslední týden možnost absolvování závodů v krosu nebo na dráze 1500-10000
..... 3 týdny (do 7.2)
3. trenink rychlosti + závody /TR + Z/ do 10000 m
..... 5 týdnů (do 15.3)
4. kombinovaný trenink + delší závody /KT + Z/
.....13 týdnů (do 15.6)
5. aktivní odpočinek
..... 2 týdny (do 30.6)
6. AP
..... 3 týdny (do 21.7)

7. K
..... 3 týdny (do 10.8)
8. TR + Z
..... 3 týdny (do 31.8)
9. KT + Z
..... 8 týdnů (do 30.10)
10. komplexní odpočinek
..... 2 týdny (do 15.11)

Uváděná data jsou samozřejmě orientační, sestavu lze posunout podle rozložení závodů v sezóně.

POPIS DŮLEŽITÝCH TYPŮ PŘÍPRAVY

KOPCE - Ron Daws trénuje úseky v kopcích následujícím způsobem: po rozklusání a rozcvičení běhá v kopcích úseky dlouhé 2-3 minuty, mezikus na rovině, seběh z kopce, mezikus, popř. 2-3 rovinky dlouhé cca 200m (někteří běžci neběhají tak rozsáhlý mezikus, stačí jim pouze seběh z kopce). Opakování se provádí do únavy, poté vyklusání. Přibližné rozložení tréninku v období rozvoje síly v kopcích :

- PO: lehčí kopce
 ÚT: intervalový trénink
 ST: aerobní vytrvalost
 ČT: kopce
 PÁ: regenerační běh
 SO: intervaly
 NE: dlouhý souvislý běh

TRÉNINK RYCHLOSTI NA DRÁZE

-následuje po kopcích. Nejprve se provádí větší množství pomalejších opakování s krátkým meziklusem. Postupně rychlejší úseky s větším meziklusem. Ronovi se vyplatilo po tvrdém intervalovém tréninku zařazovat dlouhý běh.

Sestava :

- PO: aerobní vytrvalost
 ÚT: krátké intervaly
 ST: klusání
 ČT: středně dlouhý běh
 PÁ: kratší klus
 SO: intervaly nebo závod
 NE: dlouhý běh

KOMBINOVANÝ TRÉNINK -

následuje po tréninku rychlosti. Přibližné složení týdenního plánu v tomto období lze hodně pozměnit podle jednotlivého individuálního zaměření běžců. Nesmí však chybět žádný důležitý typ tréninku. Ron Daws v tomto období běhal intervaly v rozmezí 200-2000m (zřejmě je velká variabilita přípravy) a intenzivní dlouhé běhy.

- PO: klusání
 ÚT: rychlé intervaly,
 ST: dlouhé klusání
 ČT: tempový běh, nebo volno
 PÁ: klusání
 SO: dlouhé intervaly nebo závod/test/
 NE: dlouhý běh

Budete-li i vy uvažovat o možnosti vyzkoušet systém tréninku podle Rona Dawse, uvědomte si především hlavní výhodu tohoto systému : umožňuje závodit 37 týdnů v roce (pochopitelně nelze na všechny závody vyladit formu, některé méně důležité berte pouze jako přípravu). Velkou výhodou je také poměrně vysoká variabilita tréninku v průběhu sezóny a také možnost přizpůsobit začátky jednotlivých etap tréninku důležitým závodům.

[Tento příspěvek je převzat z měsíčníku Běhy mimo dráhu-Maraton]

CHOTĚBOŘSKÁ HODINOVKA VÝSLEDKY

Ve středu 12.10.1994 proběhl na stadionu v Chotěboři již 11. ročník CHOTĚBOŘSKÉ HODINOVKY. Na startu se sešlo 18 závodníků v dospělých kategoriích a 7 žáků k běhu na 30 minut. Dráha byla slušně upravená a počasí přálo dobrým výkonům.

Kategorie: A - muži 1974 - 1955

F - hoši 1980 a mladší

B - muži 1954 a starší

G - dívky 1978 a mladší

C - muži 1975 a mladší

Hodinovka:

poř. jméno	roč.	odkud	výkon	kat.
1. Petr Voborník	1966	OB Chotěboř	16.854 m	A1.
2. Petr Svoboda	1968	Chotěboř	16.055 m	A2.
3. Jan Žanda	1967	Chotěboř	15.690 m	A3.
4. František Šťastný	1975	OB Chotěboř	15.670 m	C1.
5. Luděk Ševčík	1959	Havl.Brod	15.640 m	A4.
6. Jaroslav Málek	1946	Počátky	15.530 m	B1.
7. Karel Šťastný	1979	OB Chotěboř	15.300 m	C2.
8. Martin Gregor	1977	OB Chotěboř	14.801 m	C3.
9. Jiří Vodička	1953	Maleč	14.667 m	B2.
10. Jaroslav Halama	1976	Gymnázium	14.620 m	C4.
11. Alois Bradáč	1940	Žďár n.Sáz.	14.331 m	B3.
12. Pavel Krejčí	1950	Gymnázium	14.220 m	B4.
13. Václav Tuček	1977	Gymnázium	13.450 m	C5.
14. Jan Hubner	1979	OB Chotěboř	13.100 m	C6.
15. František Macek	1958	Chotěboř	12.820 m	A5.
16. Jiří Kirchner	1978	Gymnázium	12.530 m	C7.
17. David Novotný	1977	Gymnázium	12.260 m	C8.
18. Perka Vlastimil	1951	Chotěboř	12.210 m	B5.

Půlhodinovka:

poř. jméno	roč.	odkud	výkon	kat.
1. Tomáš Stehno	1980	OB Chotěboř	7.048 m	F1.
2. Michal Král	1982	OB Chotěboř	6.242 m	F2.
3. Radek Hradecký	1981	OB Chotěboř	5.999 m	F3.
4. Martina Loubková	1981	OB Chotěboř	5.910 m	G1.
5. David Ander	1982	OB Chotěboř	5.827 m	F4.
6. Zbyněk Šťastný	1983	OB Chotěboř	5.815 m	F5.
7. Adam Ander	1984	OB Chotěboř	4.985 m	F6.
MS. Josef Schwarz	1955	Chotěboř	cca 7.700 m	

Pořadatelé se omlouvají Janu Žandovi, Ludku Ševčíkovi, Jardovi Málkovi a Aloisi Bradáčovi za nepředání počtářů kol. Věříme, že Vás toto malé nedopatření neodradí od další účasti na závodech v Chotěboři.

3.12. sobota - Čachoták - 15 km silnice - 10:00 u střelnice v Chotěboři

29.12. čtvrtek - Orientácký kros - 5 km terén - 10:00 na stadionu v Chotěboři

Na setkání při dalších běžeckých kláních se těší oddíl OB TJ Chotěboř.



Před pár lety jsem viděl v kině romantický film *Vzpomínky na Afriku*. Vzpoměl jsem si na tento film, když jsme nedávno s Evou vzpomínali na náš loňský výlet do Švédska. Ne, že bych chtěl nebo dokázal psát tak srdceryvné povídky, ale o pár vzpomínek se s vámi podělím.

VZPOMÍNKY NA ŠVÉDSKO

Snad, abych začal tím, jak jsme k takovému štěstí přišli. Firma JPF (tedy Jarda, Pavel a Franta) z oddílu CHT dala dohromady zájezd autobusem na třídní závody pořádané klubem Pan-Önos v přímořském městě Åhus. Lákavé bylo ubytování a startovné pro účastníky z rozvojových zemí zdarma. No, nekupte to. Kluci dali dohromady prima program, tak jsme se těšili už dlouho předem.

Konačně nadešel den D, 2. března 1993. Aleš Král s Martinem Gregorem vyrazili už v poledne, aby se pohodlně usadili v autobuse, který odjížděl z Chrasti a z Pardubic. My jsme s Katkou (byl jí 1 rok a 1 měsíc), Evou, Karlem a Ájou vyházeli ze závějí žigulíka a po chodníku naložení až po střechu prokličkovali ze sídliště na silnici, abychom se k výpravě připojili v Pardubicích. Hned u jedové chýše (AČHP) nás zastavila místní hlídka policie. Mladý muž v uniformě se zřejmě těšil, jak nás na naší cestě k babičce do Žďírce poučí o přetěžování auta, ale když jsem mu na otázku "kam jedete" odpověděl po pravdě "do Švédska", jen mávl rukou, zeptal se "s tímhle?!" a s útrpným výrazem ve tváři hlesl "jedte" (vybavila se mi jedna scéna z filmu *Vrchní prchni*).

S úlevou jsme vyrazili směrem na Pardubice. Mimochodem, náš žiglík vůbec nebyl v tak špatném stavu, jak vypadal. V sobotu před odjezdem jsme mu dokonce s tátou na sněhu před garáží vyměnili všechny čtyři svislé čepy...

V Pardubicích se setkáváme s celou skupinou a v 16 hod vyrážíme za autobusem Karosa dvou správných šoférů z jedné visky nedaleko Chrasti.

Cesta k hranicím ubíhá celkem příjemně. Strašná zima s metrem sněhu skončila 10 km za Chotěboř, silnice jsou suché, počasí slušné. Autobus ztrácíme z dohledu jen ve chvílích, kdy Ája na místě spolujezce vylévá nočník, do kterého nám Katka čas od času něco nadělí. Časem však Ája tento manévr zvládá bravurně téměř za jízdy, tak jsou naše ztráty minimální. Okolo půl osmé večer jsme v Děčíně. Tankujeme "po hrdlo", dáváme si 1/2 hodiny přestávku na večeři. Ve 21:00 přejíždíme "čáru" ve Hřensku. Auto zdarma, autobus je lehčí o 300 DM za tranzit. Je tma jako v ranci. Pokračujeme. Drážďany - 22:15, po malé okružní jízdě konečně vyrážíme z města na Berlín. Po 200 km jízdy po valše (pardon, německé dálnici) mjíme v 1 hod po půlnoci Berlín. Eva procitá (všichni ostatní spí jako dřevo), ale cedule s nápisem Rostock 317 km ji vrací zpět do mdlob. Šest červených světýlek našeho autobusu budu před očima vidět ještě několik týdnů po návratu. Krize přichází mezi třetí a pátou hodinou. Občas zastavíme, protáhneme těla a zase dál. Příkaz "nespi" mě bude probouzet ze spaní ještě dvě další noci. Před Rostockem sjíždíme v 5:40 s dálnice. Normální silnice je vysvobozením z

otupujícího stereotypu dvou pruhů autostrády. Svítá. Toto zjištění mi přináší neskonale úlevu. Konečně. Uháníme vstříc slunci směrem na Strassund a napříč Rujanou až do Sassnitz. Chybí nám ještě asi 10 km, když auto začne charakteristicky cukat. Neklamné znamení, že jsme na suchu. Hbitě vyskakují a dolévám do nádrže z kanistru. Ještě, že ho máme. Kačka mezi tím plní nočník další dávkou. Vezeme sice s sebou hromadu plen na jedno použití, ale už teď tušíme, že jich budeme potřebovat sotva polovinu. Kačka se drží výborně.

Po chvíli zběsilé jízdy na hranici možností žiguliku (místy jsme jeli až neuvěřitelných 70 km/hod) doháníme autobus a sjíždíme do Sassnitz. Je 7 hod ráno. U trajektu je pusto a prázdné, jen pár celníků a zaměstnanců TS-LINE ospale bloumá prostorem sem a tam. Silná paní v pokladně mi s úsměvem podává zpáteční lístek do Trelleborgu (auto mit fünf personen) za 168,-DM. Autobus + 40 osob platí 1600,-DM. Lístky platí 2 měsíce na jakokoli loď. Ta naše odplouvá v 8:00. Volné chvíle před odjezdem na loď trávíme zkapalňováním dalších 50,-DM do podoby benzínu bez olova (to aby nám to lehce jelo). Tankujeme 32.06 litru a ručička palivoměru líně stoupá za polovinu svého rozsahu.

Bliží se osmá a my opatrně vjíždíme do prostoru nájezdu na trajekt. Nikdo si nás nevšímá. Na semaforu se po chvíli rozsvítí zelená a ocelový tobogan nás zavede do útrob ohromné lodi. Je tu s námi již pár osobáků, ještě asi dva české autobusy a asi tucet kamiónů (většinou až z dalekých Čech). Loď je opravdu veliká nebo alespoň mě tak připadá. Nikdy jsem nic většího neviděl. Odplouváme. Moře je klidné, únava veliká. Moc netopí a je zvláštní, že lodní motory jsou zřejmě přidělány k podlaze místnosti pro cestující (nebo někde moc blízko). Snažím se usnout (už jsem nespal asi 26 hodin), ale zima a hluk motorů, pravidelně se zvyšující s každou vlnou mi to moc nedovolují. O Kačku, která spala celou noc a teď řádí, se střídavě starají Kája a unavená Eva. Daří se mi usnout asi na 2 hodiny ze 4 hodin cesty do Trelleborgu. Něco jsme pojedli a je pomalu čas na vystupování. Všichni kromě řidičů autobusu a mě jdou z lodi lávkou pro pěší. My jsme scházíme o dvě patra níž k vozům a velkou dírou v boku lodi míříme na rampu vedoucí na pevnou zem. Na parkovišti vedle lodi chvilku čekáme. Plot oddělující nás od okolního světa, od lávky pro pěší vedoucí z lodi do celnice i od města nepůsobí právě povzbuzujícím dojmem. Po chvilce čekání se odkudsi z přístavu objevuje mladý švédský policista a gestem více než výmluvným nám naznačuje, že máme pokračovat po molu někam do neznáma. Váhavě ho tedy následujeme a po 200 metrech opět bezradně zastavujeme. Brzy však náš úskok odhalil, hbitě otočil své mohutné Volvo a opět nám jasně naznačuje, abychom ho následovali. Ujeli jsme po molu asi kilometr (vlevo moře, vpravo sklady) a za rohem jedné nevysoké budovy, kterou jsme právě objeli se objevuje celnice. Začínám tušit potíže a brzy se ukazuje, že oprávněně. Veškeré doklady mám totiž v batůžku, který právě v této chvíli má na zádech Eva na úplně jiné celnici. S radostí však zjišťuji, že na švédských celnicích pracují lidé a ne celníci jako u nás, tak se poměrně rychle anglicky dohadujeme, jak se věci mají. Já vstupuji na švédské území bez jediného dokladu v ruce a Kačka zase bez táty, v jehož pase je napsáno, že je naše. Nakonec i autobus může projet přes pomyslnou čáru a po chvilce hledání se všichni šťastně scházíme na druhé straně plotu, který nás zpočátku tak nepěkně odděloval. Po odeznění oslav šťastného shledání opět naskakujeme do našich přibližovadel a honem vyrážíme směrem na Malmö. Hodinky ukazují 12:15.

Pokračování příště.

AHOJ

Uvítám jakýkoli příspěvek o čemkoli na papíře či na disketě.

Redakce: Petr Voborník, Kamenná 1581/2, 583 01 CHOTĚBOŘ
Tisková podpora firmy Global Servis s.r.o. Chotěboř
Cena pro přežití 4,- koruny české