Nominačky Trondheim - rozbor LONG

M U Ž I - ideální čas 1:38:46 (o 6:29 lepší než Bet)

K1 - Poměrně těžká kontrola na úvod - bylo potřeba udržet správnou výšku v hustníku. A hlavně neběžet "jen tak někam".

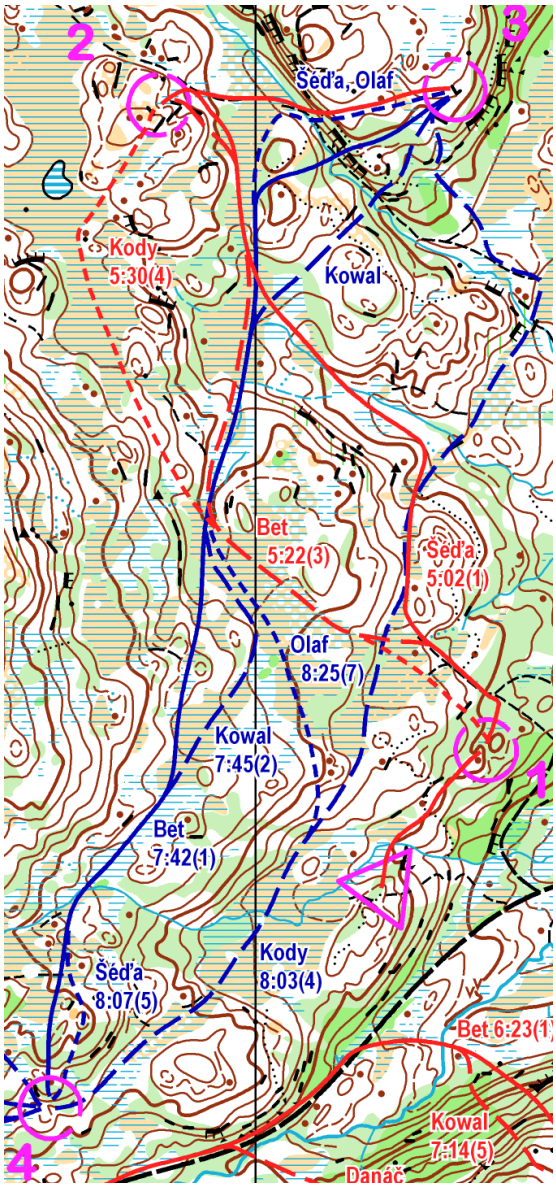
K2 - Na obrázku jsou tři hlavní, poměrně rovnocenné varianty postupu. Překvapuje mě, že Kody dostal horem půlminutu - pomalejší úvod terénem?

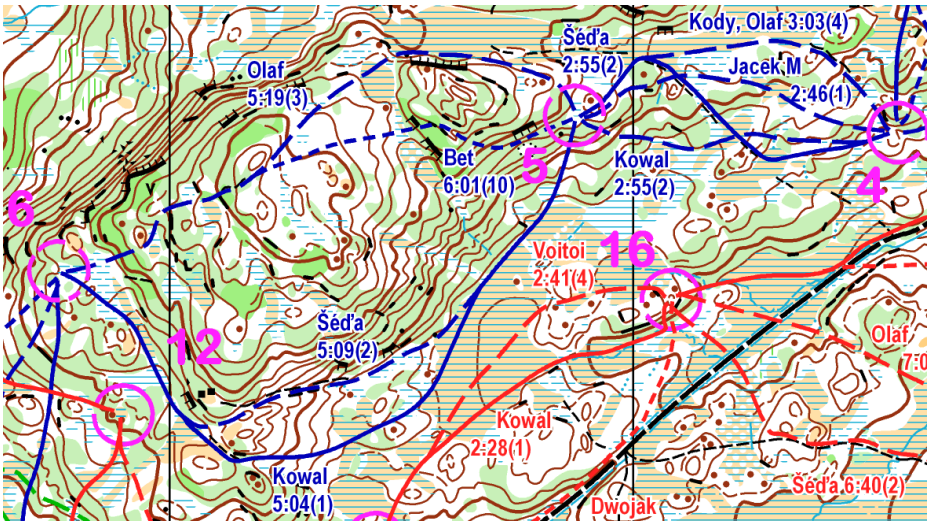
K3 - Tady to chtělo akorát chirurgicky v dohledávce.

K4 - Jak je vidět, pokud se člověk vyhnul překonávání prudkých terénních zlomů, tak bylo skoro jedno, kudy se běží. Bet to mohl na začátku ještě víc napřímit - tak jako Kowal. Kody a Olaf měli spodem mnohem pohodovější dohledávku.

K5 - Nejjistější mi přijde jít hned nahoru na bažinu. Ale rozdíly jsou minimální - skoro je až zajímavé, kudy všude to trvá stejně dlouho.

K6 - Úspěch slavila varianta, kterou jsem se snažil při stavbě tratě potlačit (ale ne vyloučit ;). Chtěl jsem vás spíš donutit do toho náročného "norského" náběhu shora. Ti, kteří se toho lekli, vydělali. To je nefér ;) Časový rozdíl byl malý, rozdíl v riskovosti obrovský... Bet se na horní variantě zapletl do traverzu - je to důvod výrazné minutové ztráty?





K7 - Ačkoliv tenhle postup nebyl žádná zásadní volba, v podstatě každý to běžel trochu jinou stopou. V dlouhém seběhu k cestě se dá výrazně urychlit, ale taky ztratit, pokud ten pád neukočírujete. Na takovém postupu se obvykle nevyplatí nabíhat metry navíc - odrazí se to pak na čase.
Náběh zleva zvolil jediný Kowal.

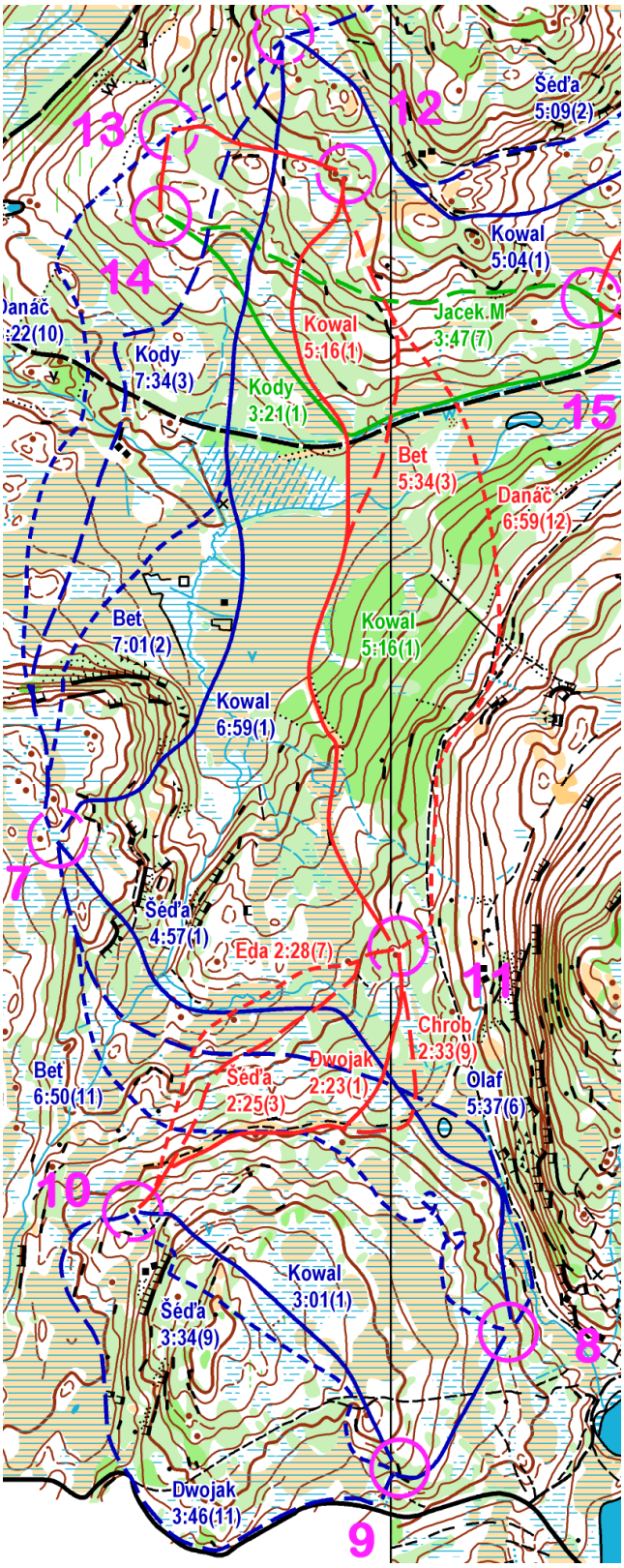
K8 - Většina nabíhala odspodu. Proto je škoda, že Bet v závěru chyboval a tak se to nedá srovnat.

K9 - Náběh na srázek za hranou nebyl zadarmo, poměrně hodně se tu chybovalo (podbíhalo).

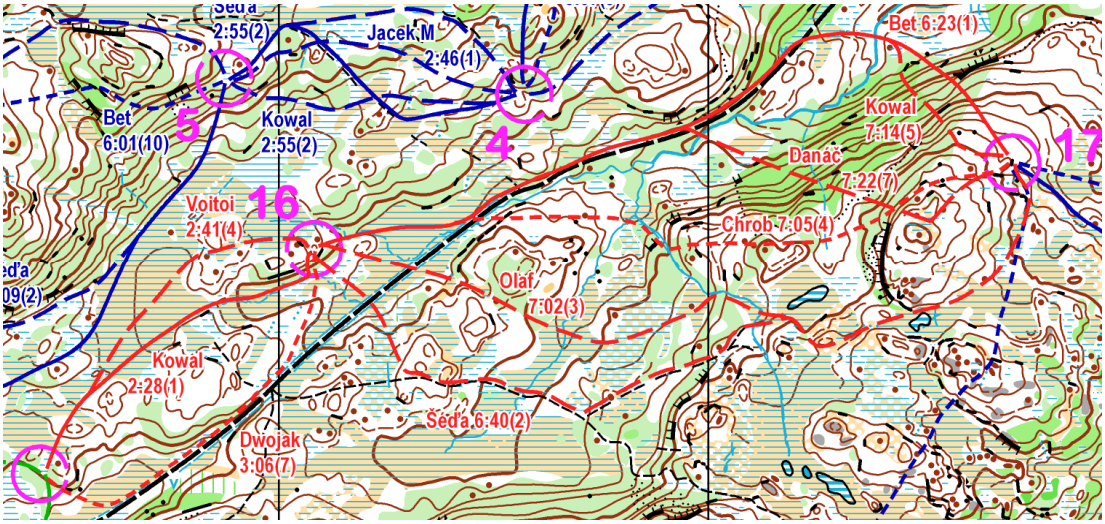
K10 - Na plytkém kopci se dalo docela lehko ztratit - chtělo to sledovat trochu směr. My se někdy spokojíme s překonáním takového postupu nahrubo, ale každý malý zásek časově bolí - jako třeba Šéďovo naběhnutí do srázu. Obíhačku spodem dali Dwojak a Voita, bohužel oba si v závěru přidali metry. (Ale i tak je jasné, že to bylo minimálně o 25" pomalejší.)

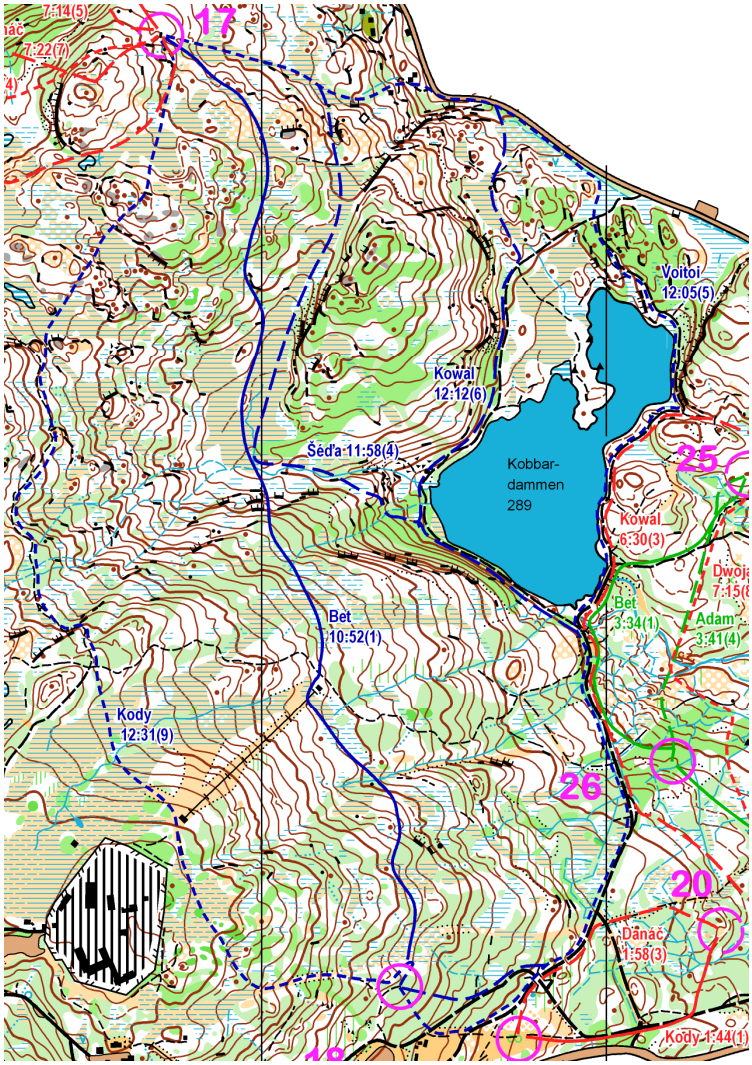
K11 - Drtivá většina sbíhala až dolů na žlutou bažinu, čímž pak musela ke kontrole trochu stoupat. Adam to úplně oběhl zprava s jistým náletem na kontrolu. Rovně, ale mírně shora nešel z našich překvapivě nikdo - zato ale všichni Poláci.
Kupka před kontrolou byla opět tak trochu pseudokupka - nespolehlivá.

K12 - Hodně fyzický postup, kde všichni, kromě Danáče, běželi dolů na bažinu. Kowalův závěr po bažinách se mi jeví logičtější než Betův výšlap svahem.



K15 - Postup, který mi stavitelsky moc nevyšel... Do traverzu se pustil jediný hrdina, ostatní to všichni svalili dolů na cestu. Škoda, větší srovnání traverz/cesta by bylo k užitku.



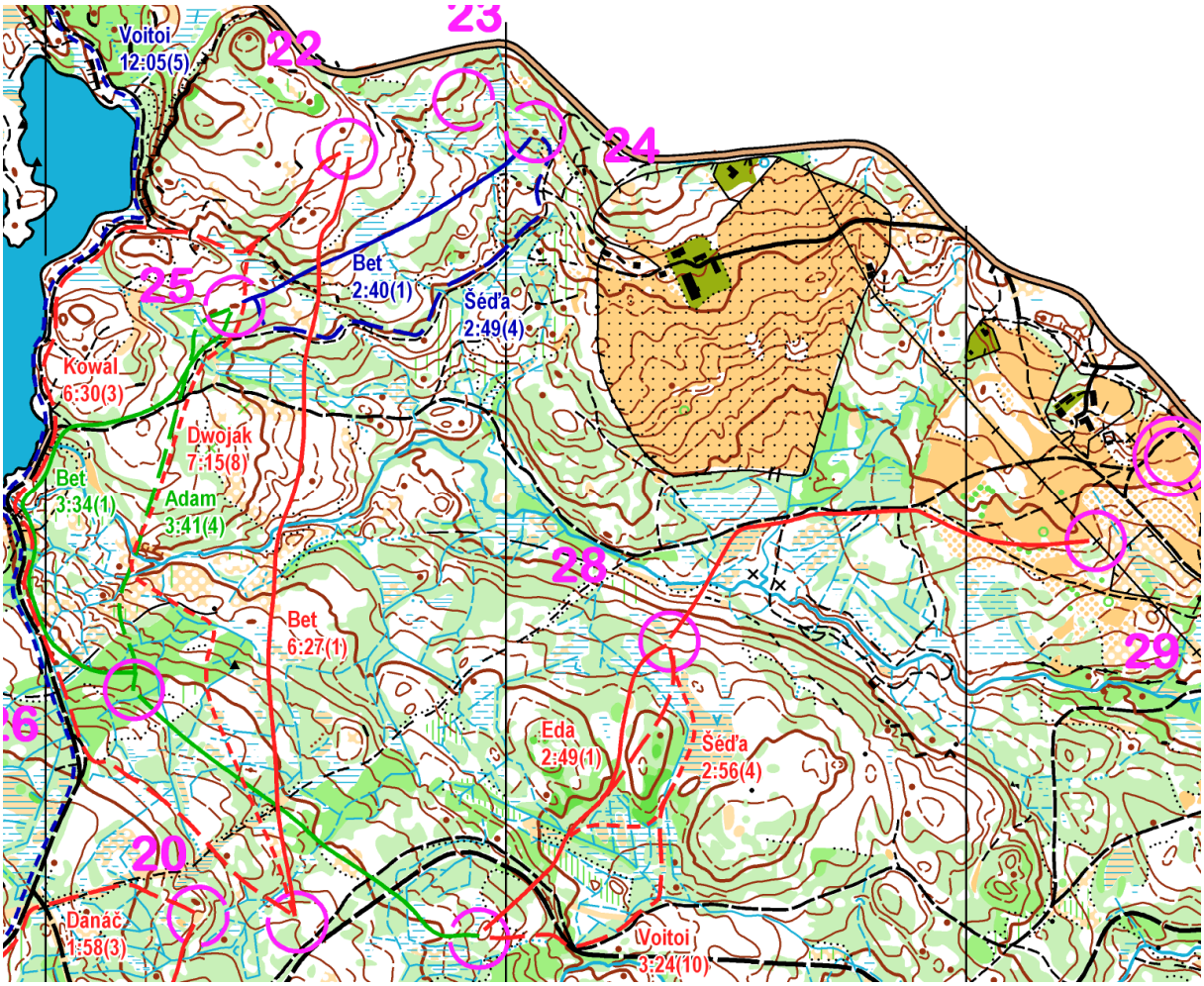


K16 - Kupodivu i tohle byla volba. Nejen ve smyslu terén/cesta, ale i v případě náběhu na kontrolu, kde mě docela překvapilo, že většina to tlačila spodem a pak musela ke kontrole lézt. Obíhačka spodem po cestě byla, zdá se, cca o půl minuty horší. To je docela hodně.

K17 - Skvělé rozšíření našich znalostí o volbě postupu v tomhle terénu. Před závodem jsem si jednoznačně myslel, že varianta úplně horem (Šéďa) bude nejrychlejší a varianta Bet že bude past - prudký výšlap horským lesem, navíc hodně nejistá dohledávka. Stejně tak bych považoval za šílenost i Adamovu variantu. Ukázalo se však, že je to běhatelné, Bet spodem dokonce vyhrál! Zato Kowal stoupal jen kousek od Beta, ale nejprudší úsek měl podstatně delší (a kontrolu nadběhl) - byl výrazně pomalejší. Totálně bláznivě vypadá i Danáčova diretissima - i tady je ztráta pro mě překvapivě malá. Jen to dokazuje, že zelená barva v tomhle přírodním lese - tedy ve vyšších partiích - je docela v pohodě. Naopak malé pěšinky, jako ty Šéďovy, nejsou rychlé jako u nás. Díky za kreativitu! ;)

K18 - Většina se asi lekla orientační náročnosti kontroly při nábehu přímo. Betovi s Adamem se to ale hodně vyplatilo. Spodem cca o minutu pomalejší, Kody horem bohužel chyboval v dohledávce a ani v úvodu nešel optimálně.

K20 - Zprava to bylo asi o trochu skluznější - hned se valilo rychle z kopce. Náběh s využitím potoka nebyl o moc složitější než z druhé strany.



K22 - Obě základní volby byly stejně rychlé. Zajímavé je, že mnozí "cestáři" v závěru chybovali - že by ukolébáni jiným druhem orientace na cestě? Na tyhle změny bacha - často je to větší navigační chyták, než pekelně náročný postup přímo. Prostřední variantu otestoval Dwojak - i když využíval logické linie pro zrychlení, stejně to byl pomalejší kočkopes.

K23, K24 - Middlové kontroly, které jsem do klasiky postavil, protože se to tak staví ;) Tak trochu i simulace motýlka. Nikdo tady výrazně neztratil. Jen já při roznosu jsem nemohl asi 10´ najít jeden štítek... ;)

K25 - Nabídnuté otestování volby rovně nebo spodem po pěšině vyšlo opět nastejno. Bet se trochu honil s Chrobákem a tak pár vteřinek rovně naběhl.

K26 - I tady je to rovně nebo okolo v podstatě jedno.

K27 - Rovně přes dvě cesty - trochu jiný způsob orientace než doposud. Výrazně nechyboval nikdo.

K28 - Eda srovnal v závěru krok s čelem závodu a prostřelil to rovně, Danáčovi v patách. Vojta na obíhačce hodně ztratil, ale je otázka, jestli to bylo postupem (noha?) - byl tady totiž pomalejší, než Dana.

K29 - Na sběrku to rovně nevzal nikdo. To jsem byl asi moc naivní ;)

Ž E N Y - ideální čas 75:41 (o 2:45 lepší než AMH)

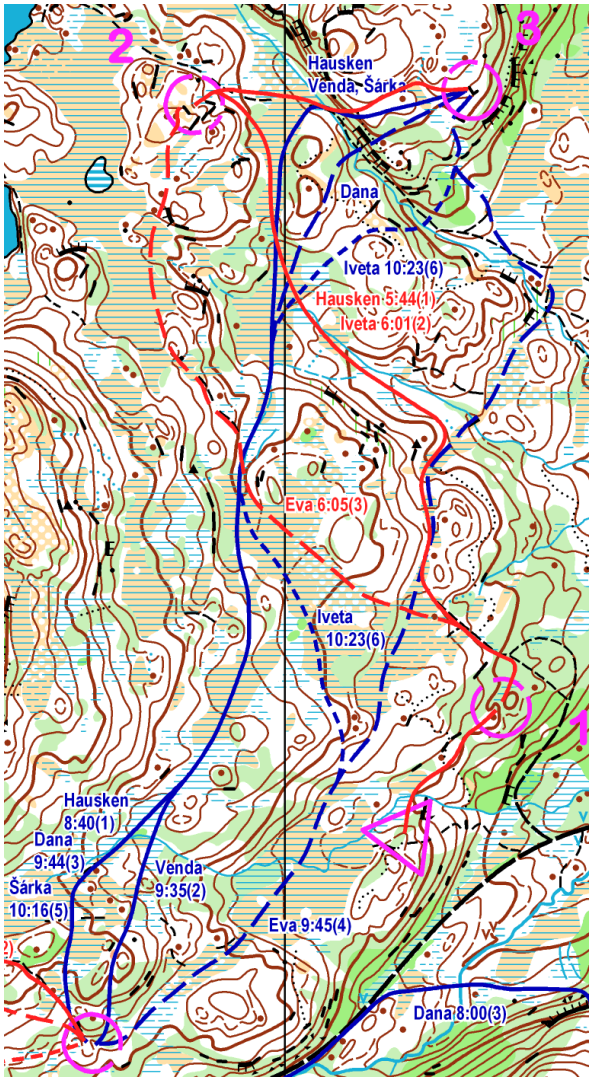
K1 - Obrovské časové ztráty, zejména mezi méně zkušenou částí našich žen. Podle mě absolutní absence operativní taktiky, jen jste doufaly v to dobré...

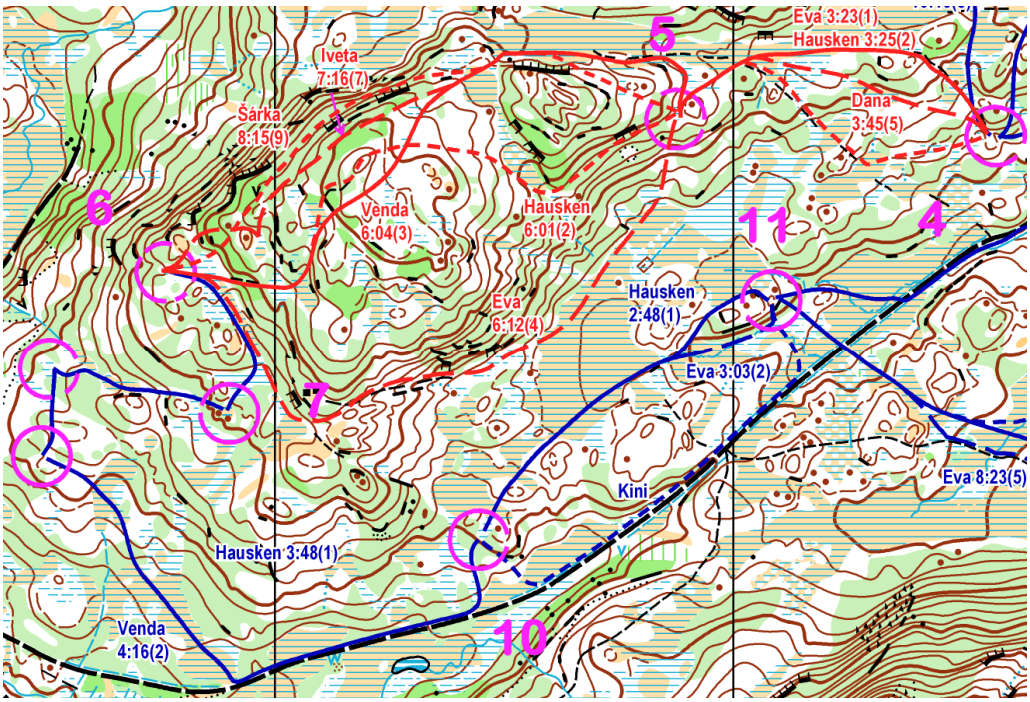
K2 - Stejně jako u kluků bylo nejrychlejší centrální údolí. Ale Eva ukázala, že horem po bažinách to bylo naprosto srovnatelné.

K4 - Podobná distribuce postupů jako u H. AMH běží evidentně mnohem rychleji (jistěji?). Rozdíl v rychlosti realizace je tady minuta. Horem nebo spodem? Je to rovnocenné, spodem jednodušší dohledávka.

K5 - Nahoru na bažinu je to jistota. Varianta druhé pěšiny vypadá podobně, ale pokud tu čárkovanou pěšinku minete, máte trabl.

K6 - Hodně zajímavě oběhanej kopec. Potvrzuje se rychlost spodní orientačně snadné varianty. Rychlonohá AMH běží originální postup - nebylo by v dané situaci už lepší pokračovat v traverzu? Vliv kvality stopy a jednoznačnosti postupu krásně dokumentuje trojice Venda, Iveta, Šárka, jejichž paralelní postupy se liší vždy o celou minutu. (přčemž Šárka je neohrožená jako Cliffhanger ;)

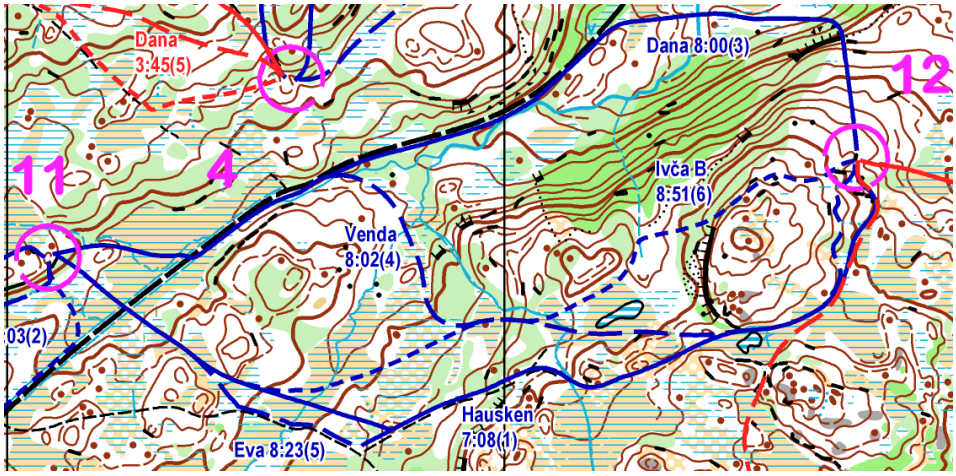




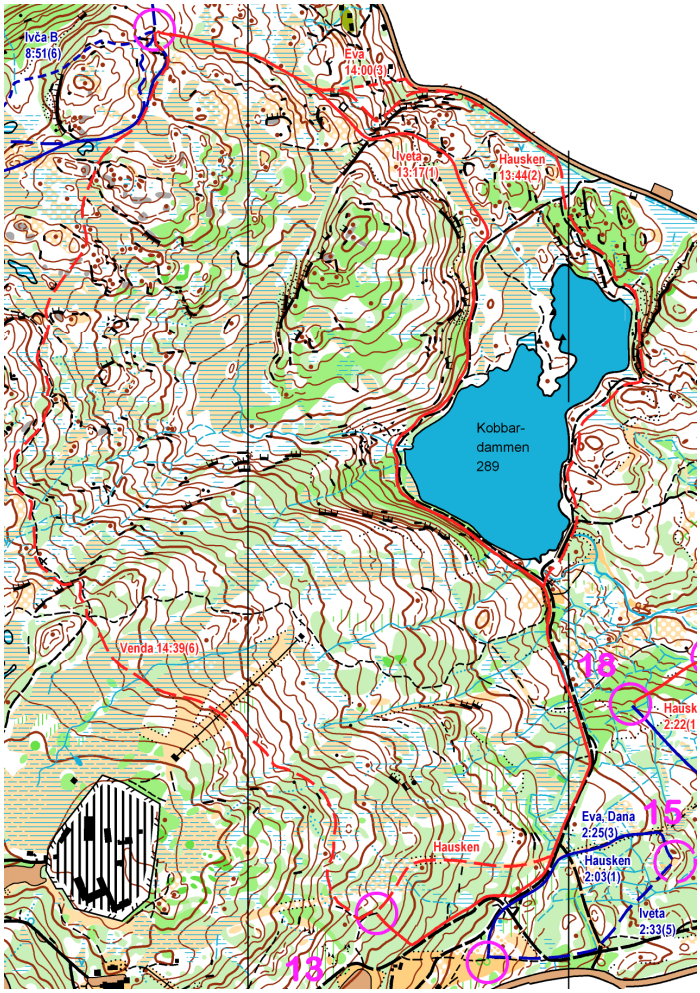
K9 - Kraťoučká kontrola, ale v zeleném. Jednoznačně busola na odběhu. A vyplatí se cestou pro sichr vzít ten vršek. Je to sice blízko, ale poslepu to nenajdete.

K10 - Ani žádná z žen se nenechala natlačit do traverzu. Překvapivě hodně kliček v dohledávce. Že by i tady zaúřadovalo polevení v koncentraci po cestovním úseku?

K11 - AMH jako jediná nabíhá kontrolu shora, kde má vše jako na dlani. Kini volí cestovku, bohužel to pro příliš velký rozdíl v celkovém tempu nejde moc porovnat.

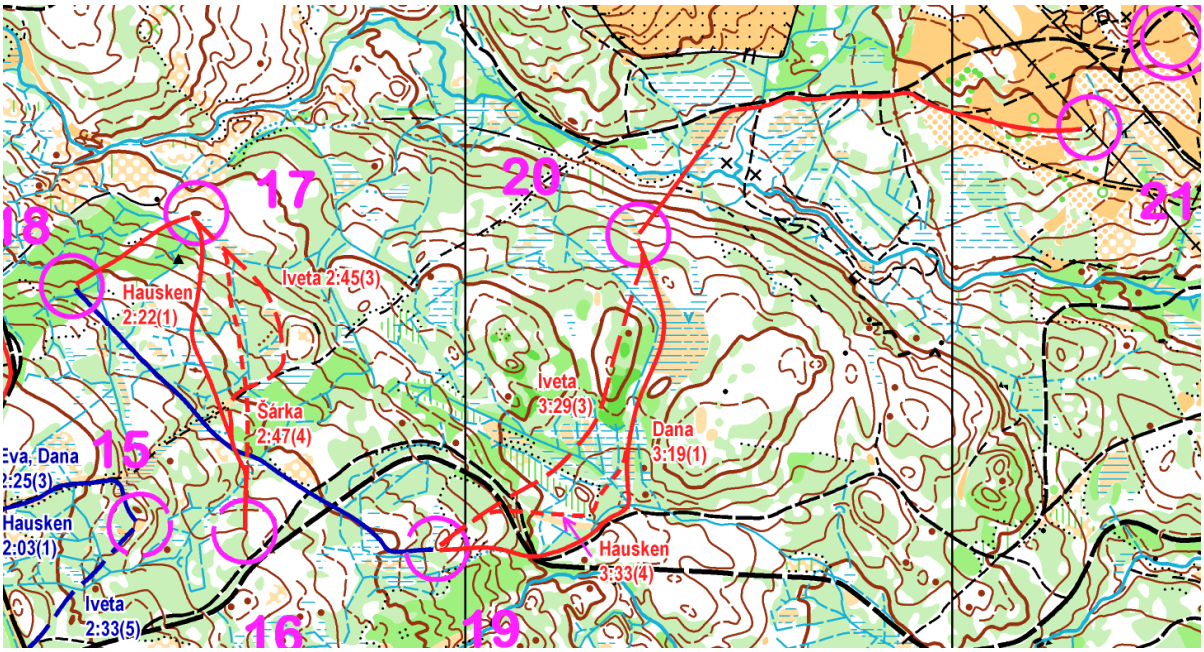


K12 - AMH zaběhla horem čas, který by nezapadl ani mezi klukama (Šéďa na stejné variantě jen o 28" rychlejší ;) Že by přece jen postup spodem nebyl ten úplně nejrychlejší, jak se to jevilo u kluků? Překvapilo mě množství chyb v dohledávce. U postupů spodem nebo přes kopec jako Ivča B bych se nedivil, tam je to evidentně hodně tricky. Ale náběh shora kolem kopce přes otevřené bažiny kolem velkého srázu byl naprosto jednoznačný. Měly jste to dostatečně načtené?



K13 - Je skvělý, že Venda vyzkoušela horní variantu. Náběh na kontrolu tam asi nebyl zadarmo a určitě stál nějaký čas investovaný do navigace. AMH udělala trochu chybu, když netrefila průchod srázem a nechtěně musela běžet až na silnici a jít alternativní postup.

K15 - Tady se do času asi promítlo i případné občerstvování. AMH by se opět se svým časem uplatnila i v jiné kategorii.



K17 - Difůzní oblast, která je těžká na pochopení. Testuje tak trochu GPSku ve vaší hlavě. Mít povědomí o tom, kde můžete být, a když nevidím nic jasného, mít směr. Většina běžela s různým úspěchem rovně. Iveta uspěla s postupem víc na jistotu.

K20 - Postup Dany vypadá z hlediska realizovatelnosti jednoznačně, takže tam lze držet solidní tempo. Určitě to není špatná ivestice. Určitě vhodná varianta pro konec povedeného závodu.

K21 - Taky všechny holky to braly na sběrku po cestě.

Z Á V Ě R E M

Ačkoliv je to skandinávie, jeden z hlavních vlivů na výsledek má jednoznačně opět tempo. Často se lze domnívat, že časové rozdíly mezi jednotlivými postupy byly způsobené spíše nasazením toho kterého borce. V mezičasech je mnohdy zřetelně vidět, kdy někdo někoho doběhl a tempo se díky tomu zvýšilo - rázem tu máme sérii skvělých mezičasů ;)

Chce to držet vysoké tempo, ale zároveň nekompromisní pečlivost. To je bez diskuze základ výkonu, tempo až potom. Dvakrát měř... Například Kody běžel dostatečně rychle, ale v druhé půlce závodu bohužel hodně nepozorně. To samé platí pro Adama nebo Vojtu.

Ti lepší z vás mají na to, aby umapovali jakýkoliv postup (jako např. Venda při náběhu na třináctku). Jen je potřeba tomu v tu chvíli dát všechno, co to potřebuje, a ne to jen tak zkusit nastřelit.

Občas se takovým situacím ale můžete vyhnout - zvolit postup, který je možná trochu delší, ale jehož realizace vás nezbrzdí. A navíc omezíte riziko ztracení se. Např. Šéďa nebo Kowal při svém výkonu ukázali, že má smysl využívat přirozené koridory, hlavně v podobě bažin. V tu chvíli ale musí automaticky naskočit další vykřičník - riziko chyby po odbočení. I na jednodušších postupech je potřeba uchovat si pečlivost - pevný základ vašeho úspěšného výkonu.

/RN 6.7.2010