

0202030405060708091011

## Sudoku v lese

Letošní Mistrovství Evropy v trail orienteeringu, které hostilo sousední Slovensko, se českým závodníkům s postižením skutečně vydařilo. V závodu štafet vybojovali Hanka Doležalová, Pavel Dudík a Jana Koslová (na snímku) zlato. Jana navíc přivezla i stříbrnou medaili z individuálního závodu. Více o této zajímavé disciplíně, ve které tolik nezáleží na druhu postižení a se kterou se dá začít kdykoli, najdete v rubrice Aktivně na str. 28. ●

Foto: Jan Šilpoch



# Orienták jako sudoku

Současná pravidla orientačního běhu pro závodníky s postižením eliminovala složku rychlosti – musíte se umět především správně rozhodnout. Každý závod je tak zkrátka hádanka s tajenkou.

Text: MICHAELA ZINDELŮVA  
Foto: JAN ŠILPOCH

Jak se dozvědět důležité informace o možnostech této disciplíny? Skutečný gejzír dat nám poskytl Bohouš Hůlka (44 let), který učí pracovat dění s počítači. Doma na něj čekají manželka a krásná dcera.

Poměrně brzy po svém úraze (2001) přišel do kontaktu s „orientákem“ v Centru Paraple a dospěl k závěru, že tohle bude sport pro něj. „Líbilo se mi, že i když se jako paraplegik na vozku dobře pohybuji, zapojím i mozek; vysvětluje a pokračuje. V nabídce sportů mi tehle připadal nejpřitažlivější. Bavilo mě používání mapy, rozhodování, kudy se vydat!“

**ZMĚNA KLÍČOVÝCH PARAMETRŮ**  
Na začátku 21. století se „orienták“ pro sportovce s postižením prakticky val ještě způsobem, který kopíroval disciplínu pro „zdravé“. Dnes vypadá na vrcholové úrovni docela jinak. Významným mezníkem pro celou disciplínu u nás bylo, že se Češi chopili možnosti pořádání mistrovství světa (2008), ale už ve formátu „trail orienteering“, tedy s odlišnými parametry. Je světě se již jednalo o etablovanou disciplínu; vysvětluje Bohouš Hůlka.

Orienták bývá skutečně běh na dlouhou trať. Našemu nejmladšímu reprezentantovi je patnáct let a donedávna reprezentoval i Boris Dvorský, kterému je osmdesát pět let. Na věku tady opravdu nezáleží, začít se dá kdykoli.

„Klíčovou věcí je nyní vybrat si správný lampion bez nutnosti k němu dojet, o to přesnější je ale potřeba mapa přecíst. Prostě taková krížovka nebo sudoku v přírodě.“

Asi rok před mistrovstvím vyrazila malá skupinka na „zkušenosť“ do Skandinávie, kde je čekalo poznání „trail“ je skutečně těžký, mentálně i fyzický. Bylo ovšem jasné, že právě tato varianta poskytuje závodníkům srovnání s lidmi z celého světa, na stejné trati se dá závodit i s nehandicapovanými závodníky.

V roce 2008 už tak Česká republika posílala pro mistrovství světa v Olomouci slušný reprezentační tým, tehdy ovšem ještě nepadlo medaile pro domácí, to až později. „Za deset let jsme pokročili; vypočítává ostřílený závodník a sportovní činovník. „Naš progres se ukázal jako kvantitativní



Bohouš Hůlka při mistrovství Evropy 2018 v slovenské Senici.

i kvalitativní zároveň. Máme svého zástupce v mezinárodním svazu, už nečekáme několik měsíců na další termín závodu. A pak disponujeme i schopnými mapáři a staviteli závodů.“

### POSTUPEM NA VRCHOL

Během nedávneho mistrovství Evropy na Slovensku tvoril náš tým o čtrnácti lidech asi největší výpravu. Nikdo ale nebyl „do počtu“. Například všechny české štafety končily do páteho místa. V individuálním závodě, kde se počítaly výsledky z obou dnů, opět završila Jana Kosťová (43). Její vykomotí v orientačních závodech zůstává doma i v mezinárodním měřítku stabilně vysoká.

Na vozku se před čtrnácti lety ocitla poté, co ji pražská čevka v hrudiřní části míchy Tehdy přý trochu zpomalila, na vozku však dokázala skutečně mnohé. Vtala se, porolila

V nabídce sportů mi „orienták“ připadal nejpřitažlivější. Bavilo mě používání mapy, rozhodování, kudy se vydat!

dvojičata, pracuje v cestovním ruchu. Dnes patří k nejlepším v takzvaném trail – orienteeringu a na výčet jejich ocenění nemáme dostatek místa. Alespoň jeden úspěch za všechny – v roce 2013 přivezla z mistrovství světa ve Finsku zlatou medaili v kategorii Paralympic.

Jana sama své sezony definuje krátkce: „Obtíždela jsem většinu závodu od roku 2010, o rok později jsem poprvé reprezentovala ve Francii, v posledních letech se pohybuji v první desíctce. Čím dále závodím, tím je to lepší. Specializuji se na trail orienteering (trail-O), kde lúštíte problémy, jde především o to napasovat dobře terén na mapu. Nejlip se cítim, když jedu za sebe, kde mám trochu víc stresu, abych podávala lepší vykony“, říká zkušená sportovkyně, která od roku 2012 vede orientační oddíl v SKV Praha a je také členkou Trail-O Athletes Commission v Mezinárodní federaci orientačních sportů (IOF).

### Orientační závody pro zájemce s postižením

Orientační oddíl Sportovního klubu vozíčkářů Praha – jediný oddíl v ČR, založený v roce 2004, v současnosti disponuje desítkou aktivních závodníků na vozku. Jedná se o sportovní disciplínu v přírodě – buď rychlostní orientační závod, nebo častěji trail orienteering (trail-O), kde záleží na schopnosti orientace a čtení mapy. Je vymyšlený tak, aby eliminoval tělesné handicap, umožňuje i závodníkům s postižením porážet závodníky bez něj. Mezi účastníky nejvyšších soutěží jsou i kvadrupleři.

Více na stránkách [www.skvpraha.org](http://www.skvpraha.org)

**Při zájmu o tento sport kontaktujte přímo Bohouše Hůlku nebo Janu Kostovou (kontakty najdete na [www.skvpraha.org/sport/ozv/](http://www.skvpraha.org/sport/ozv/))**

- Oddíl rád poskytne podporu novým zájemcům o tuto disciplínu
- Vybavení k zapůjčení – buzoľa, čip, držák na mapu
- Cestovní náklady a náklady na asistenci se z velké části propočítá, a to i za účasti na zahraničních závodech – například evropský pohár