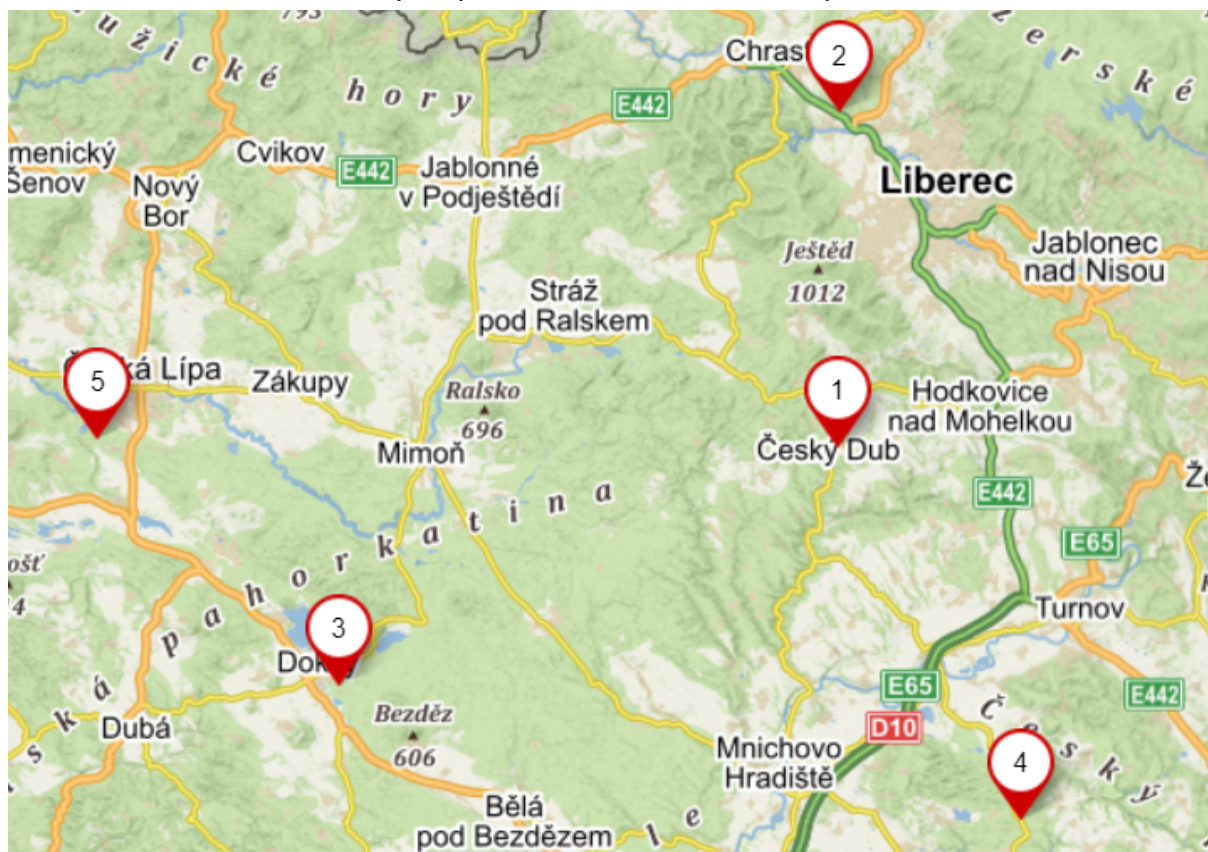


ROZPIS

Únorové soustředění

SCM/TSM JO 2023

- Termín: 6.2. - 26.3.2023
- Kontroly: Červenobílé nebo modrobílé mlíko na všech kontrolách
- Mapy: Veškeré mapové podklady jsou uloženy ve složce ve formátu PDF pro tisk. [MAPY TRÉNINKŮ - TISK](#)
- Lokality: Přehled lokalit všech startů viz. obrázek a přehled [ZDE](#)
Podrobný rozpis všech tréninků níže v rozpise.



- Tréninky: V každé lokalitě budou postaveny čtyři tratě pro kategorie:
- 1) DH12
 - 2) DH14, D16
 - 3) H16, D18, D20
 - 4) H18, H20
 - 5) All controls
- Upozornění: Tréninky jsou individuální s různým zaměřením dle lokality

SOUTĚŽ: Vyhlášíme soutěž o ceny pro první tři členy SCD, SCM a TSM JO, kteří absolvují všechny postavené tréninky ve své nebo vyšší kategorii a zašlou nám své gpx. záznamy z jednotlivých tratí. Záznamy prosíme zaslat v jedné zprávě ve formátu: JMÉNO,KATEGORIE,NÁZEV TRÉNINKU.
Záznamy zasílejte na adresu jakocib@gmail.com

Další informace: Honza Kočib, jakocib@gmail.com, 731 318 737

Seznam a informace k tréninkům:

Trénink č. 1 - Český Dub

Typ tréninku: Městský sprint s umělými překážkami (v terénu neznačeny)
Parametry tratí: DH12 (1,6 km)
DH14,D16 (2,0 km)
H16,D18,D20 (2,2 km)
H18,H20 (2,5 km)
Parkoviště: [START,PARKOVIŠTĚ,CÍL](#) (50.6593094N, 14.9967247E) - vše na jednom místě
Poznámky: Je pravděpodobné, že až do konce března fáborcky v městském prostředí nevydrží. Pokud přijdete na to, že některý fáborcek chybí, zkuste s sebou vzít kousek červenobílého mlíka na doplnění.
Mapa byla převedena do mapového klíče ISSprOM 2019-2 pouze na základě automatické konverze. Ale všechno snad sedí :)

Trénink č. 2 - Bedřichovka

Typ tréninku: Kombotech
Parametry tratí: DH12 (3,5 km)
D16 (DH14) Pouze pro zdatné DH14. (4,2 km)
H16, D18, D20 (4,9 km)
H18, H20 (5,8 km)
Parkoviště: [START, PARKOVIŠTĚ, CÍL](#) vzdálenost od parkoviště na start/cíl 350m
Parkování na louce podél cesty - může být ztíženo množstvím sněhu
Trať: Trénink je zaměřený na udržení směru (azimuty), odhad vzdálenosti a čtení vrstevnic.

Trénink č. 3 - Doksy

Typ tréninku: Vrstevnicovka
Parametry tratí: H18 a H20 - (5,3 km)
D18, D20, H16 - (4,5 km)
D14, D16, H14 - (3,7 km)
D12, H12 - (2,7 km)
Parkoviště: [START,CÍL,PARKOVIŠTĚ](#) (50.5603428N, 14.6706775E) vše na jednom místě.

Trénink č. 4 - Pomníky, Kost

Typ tréninku: Middle

Parametry tratí: DH12 (2,6 km)
DH14, D16 (3,1 km)
H16, D18, D20 (3,9 km)
H18 a H20 (4,8 km)

Parkoviště: [START, PARKOVIŠTĚ, CÍL](#)

Trať: Trénink je zaměřený na změny směru běhu, na odběhy od kontrol, na udržení směru na kratším postupu, na hledání co nejrychlejší stopy mezi kontrolami. Dej pozor na křížení trati. Hlídej si spojnice kontrol. Neslevuj na pozornosti. Čti popisy.

Trénink č. 5 - Mnich (Sosnová)

Typ tréninku: Okruhy

Parametry tratí: Několik okruhů, pro starší kategorie vrstevnicové

Start a Parkoviště: [START A PARKOVIŠTĚ](#) (50.6615397N, 14.5119161E)

Trať: 4x okruh pro starší kategorie (cca 1,6 km) ve dvou variantách: klasická mapa/vrstevnice
3x lehčí okruh pro DH12 (cca 1 km) na klasické mapě

Na přípravě tréninkových tratí se podíleli trenéři SCD a SCM JO

Přejeme příjemný trénink 😊