Na letošní letní soustředění jsme se po několika letech opět vypravili do Jizerek, do útulné Pot kávárny u Havrana
, kde nám zajistili nocleh, výbornou domácí sportovní stravu a hlavně přátelské, orienťácké zázemí. Bydleli jsme nedaleko známého Skiareálu Severák a v samém centru hor, obklopeni orienťáckými mapami, takže to na tréninky nebylo vůbec daleko.

Neděle

Přestože soustředění začínalo až v neděli, někteří z nás ho zahájili už v pátek nebo v sobotu nedalekými závody Czech O-Tour v terénech loňského mistrovství světa. Po společném setkání na Potkávárně jsme vyřízení z náročných závodů využili podvečer ke krátké procházce na rozhlednu Slovanka, kde nás v následujícím týdnu čekalo ještě několik tréninků.

Pondělí

Prvním tréninkem jizerskohorského soustředění se staly okruhy. Čtyři krátké, ale těžké tratě okolo vrchu Bramberk, kde byli někteří z nás před několika lety na soustředění, jiní na závodech. Pro některé tedy známý, ale velmi zrádný terén, který nenechal jediného závodníka včetně roznašečů bez zadrhnutí.

Odpoledne jsme si zpestřili řetízkem, který pro změnu startoval hned na parkovišti u Potkávárny. Jinak pěkně postavený trénink, který ale schytal řadu stížností na jednu a tu samou kontrolu, schovanou na kupce v hustníku a neviditelnou z dvoumetrové vzdálenosti.

Úterý

Úterý jsme zahájili middlem, který vedl okolo již zmíněné Slovanky. Typický jizerskohorský trénink obsahoval bažiny, kameny, kupky, ale jen minimum hustníků.

Po náročném dopoledni byl na odpoledne naplánován lehčí trénink – linie. Jak se ale ukázalo, pro některé z nás to odpočinek rozhodně nebyl. Měli jsme za úkol jít po linii vyznačené v mapě a v lese najít kontroly, které v mapě chyběly. V tak složitém terénu bylo téměř nemožné se udržet linie a jen několik závodníků našlo všechny kontroly.

Ještě ten večer jsme vyrazili do Tanvaldu na nočák. Využili jsme mapu s tratěmi z pátečního "Lucifer cupu", takže měli všichni šanci si proběhnout pořádnou závodní trať a porovnat výsledky s ostatními závodníky. Běhalo se na sprintové mapě okolo kempu Tanvaldský špičák, po loukách a malých lesíčcích sem a tam.

Středa

Další ráno nás čekal kolotoč. To je název velmi oblíbeného tréninku, kdy závodníci běží v kruhu za sebou a navzájem se stíhají. Dokážou tedy vzájemným tlakem na sebe dosáhnout lepšího výsledku, nebo naopak udělat velkou chybu. Zajímavý je večerní rozbor postupů, kdy na

projektoru vidíme jednotlivé běžce a jejich trasy.

Pokud byste po obědě čekali nějaký trénink, tak byste se nedočkali. Jeli jsme totiž na výlet. Autem na parkoviště v sedle pod Maliníkem a následně několik kilometrů pěšky až k Bedřichovské přehradě. První pohled na vodní hladinu nám trochu rozhodily dvě užovky plavoucí k nám, ale nakonec se téměř všichni ke koupání odhodlali. Plány „umyju se v přehradě a už nebudu muset večer do sprchy“ překazilo rozvířené bahno a rašelina. Z vody jsme vylézali špinavější než z většiny tréninků.

Čtvrtek

Znáte půlčíkové štafety? Běží se ve dvojici, jeden vždy po cestě a druhý do lesa na kontrolu. Pak se zase vystřídají. Další perfektní kontaktní trénink na natrénování rychlých odběhů, azimutů a hlavně ignorování soupeřů. Dopoledne jsme si půlčíky zaběhli zase na Slovance, tentokrát jen mezi kameny.

Odpoledne nás čekal jeden z nejextrémnějších tréninků – downhill. Trať, která vedla jen a pouze z kopce měla cvičit hlavně naši rychlost mapovat a zároveň hodně rychle běžet dolů. Pokud jste kontrolu přeběhli, pak to byl uphill, někdy docela dost. Doběhli jsme až do Janova nad Nisou, odkud nás zpátky nahoru naštěstí vzal autobus.

Večer byly na programu naše klasické miništafety. Divácky to byl asi jeden z nejzajímavějších tréninků proto, že se odehrával v těsné blízkosti Potkávárny. Devět tříčlenných týmů závodilo s čelovkami a při pohledu z oken to muselo být vtipné divadlo.

Pátek

Přestože se klasická trať délkou blížila úternímu middlu, byla tím nejdelším tréninkem našeho soustředění. Pěkné volby postupů i dohledávky jsme měli přichystané na mapě Břízky nad jabloneckou přehradou.

Pokud si dobře pamatuju, odpoledne po klasice jsme odpočívali. Na hřišti jsme měli připravené téměř neběhací hry na procvičení piktogramů a rychloražení. Večerní regeneraci v sauně a horké kádi všichni radostně přivítali.

Sobota

Předposlední den našeho soustředění začal opět tréninkem od Potkávárny. Dvoukolový sprint s kvalifikací a finálem s hromadným startem se stal velkým hitem pro fanoušky. Běhalo se opět jen v okolí a každý ze závodníků měl jiné pořadí kontrol, aby o svém vítězství rozhodoval každý sám.

Posledním tréninkem se staly klasické lesní štafety, kde jinde než na Slovance. Pěkně stavěnou farstovanou trať kazil jen prudký výšlap přímo uprostřed největšího boje o první pozice.

Neděle

Každoročně hledaný poklad jsme tentokrát po řadě hádanek a šifer našli ve studně se studenou vodou k chlazení ze sauny. Nejodvážnější člen z každého týmu se na dno ponořil a vytáhl zaslouženou odměnu.

Normálně bych na závěr napsal: „hurá domů sušit boty“, ale velmi nečekaně jsme jinak mokré Jizerky měli téměř bez deště, a tak jsme po návratu z hor mohli v třicítkových teplotách sušit tak maximálně sebe.

Myslím, že si všichni soustředění užili a budou na něj i přes náročné terény vzpomínat jako na jedno z nejlepších.

Fotogalerie zde .