

Poslední přípravné soustředění žáků ještědské oblasti proběhlo za pěkného počasí v Českém Ráji. Ubytování jsme byli v hotelu Králíček v Kacanovech. Přihlásilo se a nakonec i přijelo více dětí, než byla kapacita hotelu a tak někteří museli spát na karimatce. I přes tuto mírnou komplikaci se však soustředění povedlo a splnilo svůj účel – naladit se na mistrovství družstev žáků oblastí, které proběhne 10. 10. ve Vracově.

Z našeho oddílu se akce zúčastnil Jakub Bílý, Leopold Haslinger a já jako trenér a stavitel některých tréninků.

Podrobné výsledky jednotlivých tréninků najdete spolu s fotkami na [stránkách SCM JO](#), tak jen vyjmenuji, co vše proběhlo. V pátek po příjezdu se konal middle. Následoval noční OB. Sobota – dopoledne okruhy, odpoledne štafety. Po večeri se uplatnili kreativní jedinci, protože se vytvářela mapa z barevných provázků a papírů. Neděle se zahájila výletem na vrstevnicové mapě – po vyznačené linii jsme se přesunuli na hrad Valečov a druhou cestou se vrátili. Odpoledně proběhl trénink zaměřený na start prvních úseků (hromadný start) a druhých a třetích úseků (start s hendikepem). Před večeri ještě proběhla velmi zajímavá soutěž v rychloražení po družstvech. Po večeri pak ještě proběhla soutěž v nočních miništafetách. Na pondělí připadl závod ve scorelaufu. Po obědě byla probrána starší mapa Vracova s popisem na co si dát pozor. Byla také oznámena nominace na toto mistrovství ČR. Soustředění bylo v pondělí zakončeno tréninkem, který přiblížil dětem začátky OB, kdy se běhalo v hlídkách se zátěží a na nesespecializovaných mapách.

Nikdo se nezranil a dětem se náplň soustředění líbila. Snad se i příjemně naladili na nejdůležitější závod žakovských družstev a předvedou zde kvalitní výkon.