

ZÁPADOČESKÁ UNIVERZITA V PLZNI

FAKULTA PEDAGOGICKÁ  
CENTRUM TĚLESNÉ VÝCHOVY A SPORTU

**PROJEKTOVÁNÍ A REALIZACE BĚŽECKÉHO A  
CANICROSSOVÉHO ZÁVODU**

BAKALÁŘSKÁ PRÁCE

**Barbora Kreidlová**

*Tělesná výchova a sport*

Vedoucí práce: Mgr. Karel Švátora

**Plzeň** 2020

Prohlašuji, že jsem bakalářskou práci vypracovala samostatně s použitím uvedené literatury a zdrojů informací.

V Plzni, 30. 3. 2020

.....  
vlastnoruční podpis

CHTĚLA BYCH PODĚKOVAT SVÉMU VEDOUCÍMU BAKALÁŘSKÉ PRÁCE MGR.  
KARLOVI ŠVÁTOROVI, ZA ODBORNÉ VEDENÍ, ZA POMOC A RADY PŘI  
ZPRACOVÁNÍ TÉTO PRÁCE.

ZDE SE NACHÁZÍ ORIGINÁL ZADÁNÍ KVALIFIKAČNÍ PRÁCE.



# Obsah

Úvod.....	7
Cíle a úkoly.....	8
1 Teoretická část – Projektový management.....	9
1.1 Projekt.....	9
1.2 Projektový management .....	10
1.3 Sportovní management.....	11
1.4 Sportovní marketing.....	12
1.5 SWOT analýza.....	13
2 Teoretická část – Běh, canicross .....	15
2.1 Běh .....	15
2.1.1 Pojem „běh“ .....	15
2.1.2 Vybavení .....	17
2.1.3 Druhy běhů.....	18
2.2 Canicross.....	18
2.2.1 Co znamená canicross.....	18
2.2.2 Vznik canicrossu .....	19
2.2.3 Vhodný pes .....	22
2.2.4 Vybavení .....	24
2.2.5 Druhy závodů .....	28
2.2.6 Rozdělení závodníků do kategorií .....	29
2.2.7 Pravidla závodu.....	30
2.2.8 Péče o psa .....	32
3 Praktická část .....	37
3.1 Příprava závodu.....	37
3.1.1 Studie proveditelnosti .....	37
3.1.2 Definování struktury závodu.....	38
3.1.3 Organizační tým .....	41
3.1.4 Určení termínu konání závodu <i>Leskros Dnešice</i> .....	42
3.1.5 Trasy závodu.....	43
3.1.6 Zajištění povolení .....	43
3.1.7 Sponzoring, ceny.....	44
3.1.8 Propagace.....	45
3.1.9 Občerstvení .....	46
3.1.10 Materiální zajištění .....	46
3.1.11 Příprava závodních tras.....	46

3.2 Realizace závodu .....	47
3.2.1 Budování zázemí.....	47
3.2.2 Značení tratě a kontrola .....	48
3.2.3 Meeting s organizačním týmem .....	48
3.2.4 Registrace .....	49
3.2.5 Časový harmonogram .....	50
3.2.6 Zahájení závodu.....	50
3.2.7 Průběh závodu .....	50
3.2.8 Vyhlášení výsledků.....	51
3.2.9 Uklízení areálu, tras .....	52
4 Hodnocení závodu .....	52
4.1 Zpětná reakce závodníků.....	52
4.2 Zpětná reakce organizačního týmu.....	53
4.3 Finální rozpočet závodu.....	53
Diskuze .....	54
Závěr .....	55
Shrnutí / Summary .....	55
Seznam literatury .....	56
Seznam obrázků .....	59
Seznam příloh .....	60

## Úvod

Samotný název mé bakalářské práce napovídá, čím se budu v této práci zabývat. Tedy projektováním, realizací a vyhodnocením běžeckého a canicrossového závodu *Leskros Dnešice*, který se uskutečnil 30. 3. 2019 ve Dnešicích.

Téma je mi velmi blízké, neboť sama se běhu a canicrossu věnuji dlouhodobě, nicméně organizování závodu pro mne bylo výzvou. Velkou oporou a pomocí pro mne byli kolegové z neziskové organizace *Rozběháme Česko z. ú.*

Nápad uskutečnit tuto myšlenku se zrodil v době, kdy jsem začala v *Rozběháme Česko z. ú.* pomáhat s organizací běžeckých závodů. Sama jsem se od dětství věnovala atletice, a když jsem si už jako starší pořídila psa, začali jsme běhat spolu. Zamilovala jsem se do nové sportovní disciplíny *canicross*, která se v České republice teprve rozvíjí a získává na oblibě. Když tedy kolegové z *Rozběháme Česko z. ú.* začali plánovat seriál závodů pod názvem *Leskros 2019*, který měl být určen nejen pro samotné běžce, ale také pro běžce se psy, říkala jsem si, že bych mohla tuto canicrossovou část, samozřejmě s jejich podporou, zorganizovat. A svoji zkušenost jsem se rozhodla popsat v této bakalářské práci.

Má práce je rozdělena na teoretickou a praktickou část. V teoretické části se zabývám vysvětlením toho, co je projekt a projektový management, popisují běh a běžecké vybavení a více se věnuji představení *canicrossu* neboli běhu se psem. Praktická část práce je pak shrnutím mé osobní zkušenosti s přípravou, realizací a vyhodnocením samotného závodu. Prostřednictvím přiložených příloh se pak snažím své zkušenosti přiblížit i v obrazech.

## **Cíle a úkoly**

Cílem bakalářské práce je vyprojektování a zrealizování běžeckého a canicrossového závodu Leskros Dnešice.

Úkoly, které z toho vyplývají:

- vysvětlit pojem canicross
- připravit závod (zajistit místo uskutečnění, oznámit konání závodu, získat veškerá povolení, shromáždit organizační tým, získat finanční prostředky, zajistit propagaci)
- uskutečnit samotný závod
- zpracovat a vyhodnotit výsledky závodů

# 1 Teoretická část – Projektový management

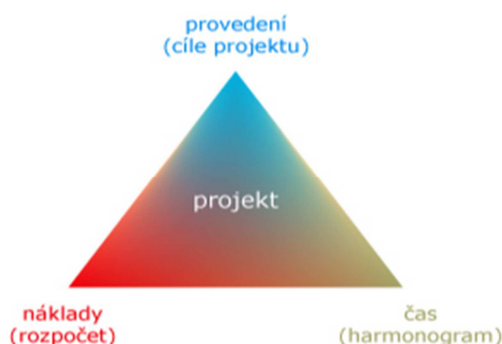
## 1.1 Projekt

Projekt lze definovat jako „ činnost, která je omezená zdroji, náklady a časem, jejímž cílem je dosažení souboru definovaných výstupů (rozsah naplnění cílů projektu) dle patřičných standardů, požadavků kvality a požadavků uživatele výstupu.“ [1] Projekt je časově omezený a jedinečný.

V běžném lidském životě můžeme projektem označit například plánování a realizaci svatby, dovolené či stavby rodinného domu. Projektovým způsobem jsou plánovány velké kulturní či sportovní akce. A projekty realizují i firmy a organizace, které díky nim uvádějí na trh nové výrobky, zkvalitňují svoje služby, zavádějí nové technologie či např. mění společenské prostředí.

Všechny projekty, malé i velké, realizované doma či v nadnárodní firmě, mají společné tři charakteristické znaky, kterými jsou čas, náklady a kvalita provedení (rozsah). Dohromady tvoří tzv. *trojimperativ* (Obrázek č. 1). Tyto veličiny se vzájemně výrazně ovlivňují. Zkrátíme-li např. čas, ve kterém má být projekt realizován, musíme buď snížit požadavky na kvalitu či rozsah provedení, nebo si musíme být vědomi zvýšených nákladů. Chceme-li v některých parametrech zvýšit kvalitu či rozsah provedení, musíme počítat s prodloužením časové lhůty, příp. opět se zvýšením nákladů. Pokud jsme nuceni ke snížení nákladů, jasně se to projeví v kvalitě či rozsahu provedení a asi ani časovou dotaci přesně nedodržíme.

[1]



Obrázek 1 Trojimperativ

(Zdroj: [http://pspev.cvut.cz/PSPEV\\_CD/V10/main.html?ID=1](http://pspev.cvut.cz/PSPEV_CD/V10/main.html?ID=1))

## 1.2 Projektový management

*„Projektový management je používání znalostí, dovedností, nástrojů a technik při projektových činnostech tak, aby se splnily požadavky a očekávání, které investor a zákazník klade na projekt.“ [1]*

Samotný pojem *management* překládáme jednoduše jako „řízení“. Setkat se můžeme s celou řadou různě obsáhlých definic. Rozdělit ho můžeme do tří skupin [2]:

- *vedení lidí* – provádění úkolů pomocí druhých lidí;
- *specifické funkce vykonávané vedoucími pracovníky* – mezi činnosti manažera patří např. rozhodování, plánování, kontrolování, vedení lidí, koordinace, motivování;
- *předmět studia a jeho účel* – stanovení kroků, jak dosáhnout cíle.

Základní stavební kámen celého managementu je manažer. Je to osoba, která má určité pravomoci, odpovědnost, má vhodné osobnostní vlastnosti, řídí a směřuje úsilí k dosažení projektu. [1] Manažer, jakožto profesionální odborník, musí zvládat hned několik rolí najednou. Musí být *analytik, plánovač, realizátor změn, nositel zdrojů, komunikační partner, vychovatel, řešitel problémů, pomocník druhých, koordinátor, tvůrce týmu, výkonný vedoucí.* [2]

## 1.3 Sportovní management

*„Management tělesné výchovy a sportu (TVS) lze chápat jako způsob uceleného řízení tělovýchovných a sportovních svazů, spolků, klubů, tělovýchovných jednot, družstev, které alespoň z části akcentují podnikatelsky orientované chování.“ [2]* Se sportovními manažery v TVS se můžeme setkat v těchto oblastech [2]:

- *ve vedení sportovních činností* (vedoucí sportovních družstev i jednotlivců, vyškolení specialisté pro sportovní akce);
- *ve vedení určitého sportovního spolku* (členové výkonných výborů, sekretáři svazů);

· v *podnikatelském sektoru* (výrobci sportovního zboží, provozovatelé placených tělovýchovných služeb).

Stejně jako manažer v klasickém managementu má i manažer ve sportovním managementu úkoly, které se vzájemně podmiňují a ovlivňují kvalitu jeho řízení. Patří mezi ně [2]:

- *strategické plánování*
- *organizování (postupy, metody, techniky)*
- *výběr a rozmisťování lidí*
- *vedení lidí*
- *komunikace*
- *marketing*
- *sportovní reklama*
- *sponzoring*
- *znalost právních (daňových, spolkových atd.) norem*
- *věcné a formální náležitosti k transferu hráčů (a trenérů) atd.*

## 1.4 Sportovní marketing

*Marketing sportu* obsahuje veškeré aktivity, jejichž cílem je uspokojit potřeby a přání zákazníků ve sportu prostřednictvím výměnných procesů. Marketing nezahrnuje pouze profesionální sport, ale i vysokoškolský sport, malé ligy nebo alternativní sporty. [3]

Součástí marketingu je *sponzorství*. Je to důležitý, ojedinělý prostředek sloužící k zabezpečení finančních zdrojů pro realizaci kulturních, vědeckých, charitativních a dalších aktivit. Rozlišují se různé typy forem sponzorování [2]:

- *sponzorování jednotlivých sportovců*: Je nejrozšířenější ve vrcholovém sportu. Sportovec je ikonou kvality a úspěchu aktuálního výrobku. Sportovec dostává vedle finanční podpory často i oblečení, náčiní nebo auto.
- *sponzorování sportovních týmů*: Sponzor poskytuje finance, sportovní vybavení, ubytovací služby a dopravu. Výměnou je především reklama na dresu.
- *sponzorování sportovních akcí*: Zde je nabízeno sponzorovi být vidět na vstupenkách, být vidět v reklamách o přestávkách, být „hlavním sponzorem“.
- *sponzorování sportovních klubů*: Tato oblast umožňuje řadu příležitostí zviditelnit sponzora např. na soutěžích, dresech, na soustředěních či prostřednictvím samotných sportovců. Předpokladem je, že sportovní klub sdružuje řadu sportovců či sportovních družstev, pořádá soutěže lokální či mistrovského typu.

Další neoddělitelnou složkou marketingu je placená reklama. Může jí být např. neosobní forma prezentace výrobku, služby nebo produktu. Komunikačními kanály pro reklamu jsou televize, rozhlas, denní tisk, časopis, plakáty, film. Sportovní reklama je pak reklama zaměřená na oblast sportu, například plakát sportovního utkání. Reklama má tři funkce [2]:

- *informační*: Ta je důležitá především v počátečních fázích uvádění marketingového produktu do povědomí skupiny, na kterou cílí.
- *přesvědčovací*: Má za úkol přesvědčit konzumenta k nákupu produktu konkrétního výrobce nebo k účasti na určité, konkrétní akci.
- *upomínací*: Připomíná zákazníkovi produkt, který zná.



## 1.5 SWOT analýza

SWOT analýza je důležitým nástrojem při hledání marketingových cílů a strategií, které mají dosáhnout konkrétního cíle. Dobrá strategie je taková, která vychází ze silných stránek a využívá je. Vyhýbá se a eliminuje slabé stránky. Využívá tržní příležitosti. Zmírňuje hrozby či snižuje dopad rizika. [8]

Název SWOT je odvozen od počátečních písmen čtyř anglických slov: *Strengths* (silné stránky), *Weaknesses* (slabé stránky), *Opportunities* (příležitosti), *Threats* (hrozby). (Obrázek č. 2.) [8]

- *Strengths* – z vnitřního prostředí se vyberou faktory, které vedou k úspěšnosti;
- *Weaknesses* – z vnitřního prostředí se vyberou faktory, které mohou způsobit riziko;
- *Opportunities* – z vnějšího prostředí se vyberou faktory, které vedou k příležitostem a k prosperitě (například výrobky, firmy);
- *Threats* – z vnějšího prostředí se vyberou faktory, které mohou ohrozit či zničit (například firmu, výrobky).

	<b>Silné stránky (Strengths)</b>	<b>Slabé stránky (Weaknesses)</b>
<b>Interní faktory</b>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Kvalitní výrobky (služby)</li><li>• Tradice značky</li><li>• Dobře zajištěný a fungující servis</li><li>• Dobrá finanční situace</li><li>• Vyškolený prodejní personál</li><li>• Vysoká úroveň marketingové komunikace</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Konzervativní přístup k inovačnímu procesu</li><li>• Vysoká zadluženost</li><li>• Nedostatečná úroveň informačního systému</li><li>• Nízký prodejní obrat</li><li>• Podnik je nováčkem na zavedeném trhu</li></ul>
<b>Externí faktory</b>	<b>Příležitosti (Opportunities)</b>	<b>Hrozby (Threats)</b>
	<ul style="list-style-type: none"><li>• Příznivé podmínky na trhu</li><li>• Chybná strategie konkurence</li><li>• Příznivé změny v politice</li><li>• Snadný vstup na nové trhy</li><li>• Moderní trendy v technologiích</li></ul>	<ul style="list-style-type: none"><li>• Nepříznivé legislativní změny</li><li>• Politické změny (destinace)</li><li>• Zvýšení konkurenčního tlaku</li><li>• Zvýšení rizik prodeje</li></ul>

Obrázek 2

SWOT analýza

(Zdroj: <http://elearning.everesta.cz/mod/book/view.php?id=161&chapterid=145>)

## 2 Teoretická část – Běh, canicross

Závod *Leskros Dnešice*, který je obsahem mé bakalářské práce, obsahoval dvě sportovní disciplíny: *běh* a *canicross*. V této části své práce se tedy budu věnovat teoretickému popisu obou sportovních disciplín.

### 2.1 Běh

Tato kapitola se věnuje pojmu *běh*, vybavení, které je k němu potřeba, a také druhům běžeckých závodů.

#### 2.1.1 Pojem „běh“

Podle Wikipedie je *běh* „druh pohybu, při kterém se živočich pohybuje pomocí končetin takovým způsobem, že v určitých fázích pohybu se žádná z končetin nedotýká povrchu, po kterém se pohyb vykonává (na rozdíl např. od chůze nebo plazení)“. [16] Tato definice popisuje pohyb, jak ho známe a běžně vidáme v přírodě u zvířat, či jak ho sami praktikujeme, např. potřebujeme-li doběhnout autobus. V tomto slova smyslu je tu běh přítomen tak dlouho jako živá příroda. Již v pravěku člověk běhal proto, aby ulovil mamuta a obstaral si tak potravu. Vojenští vojevůdci cvičili své vojáky v běhu, aby byli hbitější a obratnější v bitvách. Řecký běžec Feidippidés, který podle jedné z legend doběhl z Marathónu do Athén, aby předal zprávu o vítězství Athéňanů nad Peršany, byl inspirací pro zařazení dlouhého maratónského běhu (42,195 km) mezi olympijské disciplíny.

V dnešní době je *běh* součástí běžného života, kdy lidé běhají jen tak pro radost či se během „živí“, ať už jako výrobci sportovních potřeb, realizátoři běžeckých aktivit či profesionální běžci. Ve 21. století se pod tímto slovem skrývá mnoho: oblíbený sportovec, závod, sportovní značka, oblečení, komunita, přátelství, radost.

Jako *běh* se označuje také atletická sportovní disciplína, jejímž cílem je uběhnout určitou vzdálenost v co nejkratším čase. Rozlišujeme běhy na krátké, střední a dlouhé tratě. Krátké tratě mají vzdálenost 60–400 m. Střední tratě 400–800 m, někdy se uvádí 400–1 500 m. Dlouhé tratě měří 3 000 a více metrů, řadíme mezi ně i již zmiňovaný maratón.

Já sama jsem se začala věnovat atletice od 5. třídy základní školy. Žádná jiná disciplína mi nešla tak dobře, jako běh na dlouhou vzdálenost. Začínala jsem na střední trati závody na 800 metrů, později jsem se přesunula na dlouhé tratě měřící až 5 kilometrů. Více než 9 let jsem běhala na vysoké závodní úrovni na tartanovém stadionu či přespolní běhy v lesích. Tréninky jsem měla celý týden několikrát denně. Účastnila jsem se mnoha závodů, sbírala desítky medailí. Například jsem si přivezla bronzovou medaili z Mistrovství České Republiky na 1 500 metrů překážek. Dnes běhám pro radost a relaxaci.

Správná technika běhu je v současnosti často zmiňovaným tématem. Existuje spousta publikací a návodů, jak běhat správně tak, aby zapojení těla a svalů bylo efektivní a zároveň zdravé. Je důležité správné držení těla, technika běhu, technika došlapu, správné dýchání. Roli hrají i pomůcky a vybavení, které při běhu používáme.

Ve *Velké knize běhání* dělí autoři základní běžeckou techniku na 4 fáze. Popisují je takto: „1. dokrok: *Dokrok probíhá kontrolovaně mírně přes patu a jen těsně před trup! Špička není příliš přitažená k bérce. Při prvním kontaktu nohy s podložkou se bėrec nachází šikmo k zemi a více před trupem než u joggingu. V tomto okamžiku je velmi důležité mírné pokrčení kolena, které pomáhá tlumit náraz (nedaří se při příliš dlouhém kroku).* 2. moment dopadu: *Dochází k většímu pokrčení stojného kolena, trup je v mírném předklonu, zadní noha se pohybuje směrem k hýždím, přičemž se dostává poměrně vysoko a následně se sbaluje pod trup.* 3. dokončení odrazu: *Charakteristický je dokončený odrazový nápon ve všech třech kloubech (koleno, kotník, kyčel). Koleno švihové nohy se dostává poměrně vysoko. Trup je stále v mírném náklonu vpřed. Paže za trupem svírají úhel 90 stupňů, mezi pažemi a trupem je viditelná skulina.* 4. letová fáze: *V tomto momentě se těžiště těla nachází v nejvyšším bodě. Vlivem delšího kroku trvá letová fáze mnohem déle než u joggingu (delší krok). Bėrec se začíná vykyvovat vpřed, běžec si aktivně „jde pro dokrok“.* [4]

## 2.1.2 Vybavení

Podle mého názoru je běh z hlediska vybavení nejdostupnějším sportem. Stačí obout tenisky na nohy, obléknout tričko a kalhoty a hurá na trať. Jenže přichází velké ALE. Právě s ohledem na výše zmiňovanou správnou techniku běhu je důležité, aby si každý vybral vybavení, které vyhovuje právě jemu a jeho běžecským potřebám. Naštěstí je dnes na světovém trhu nespočet výrobců a značek sportovního vybavení, takže si každý může vybrat co do kvality, tak i do finančních prostředků, které chce či může vydat.

Co se týká sportovní obuvi, rozdělila bych boty do dvou velkých skupin: obuv vhodnou do terénu a obuv určenou pro silniční běh. Boty do terénu se vyznačují hrubou podrážkou s různě velkými výstupky. Boty vhodné na silnici mají naopak hladký vzorek a podrážky bez výstupků. Setkáme se s botami tempovými, závodními, objemovými, volit můžeme také podle hmotnosti či podle velikosti tlumení. Při výběru obuvi je vhodné využít poradenství ve specializovaných prodejnách, kde nám nejen poradí, ale dokážou také např. provést diagnostiku došlapu.

Říká se, že pro běžce neexistuje špatné počasí, nýbrž pouze, že běžec je nevhodně oblečen. S tímto tvrzením souhlasím. V dnešní době si můžeme pořídit sportovní ošacení do každého ročního období. V zimě používáme čepici, rukavice, termo trička, mikiny, zateplené bundy a kalhoty. Ve větrném počasí běžce ochrání šustáková bunda, která odvětrává námi vyprodukované teplo a zároveň neprofoukne. Před deštěm dobře ochrání bunda nepromokavá. Za teplého počasí nosíme trička a tílka, která odvádí pot, a na slunci je i důležitá pokrývka hlavy, ideálně kšiltovka. I pro výběr oblečení platí, že na trhu existuje široká škála možností vyhovující jak potřebám, tak peněženkám samotných běžců.

### 2.1.3 Druhy běhů

Pomineme-li atletické závody či organizované přespolní běhy, dá se říct, že tento sport nemá pravidla. Stačí pouze vyběhnout. Každý si určí sám, kolik kilometrů bude jeho trasa měřit, kudy povede, jakou rychlostí poběží. Každý sám se také může rozhodnout kdykoliv zastavit a znovu se rozběhnout.

V dnešní době každý druhý člověk běhá. Běhá buď pro výsledky, nebo pro radost. Běžci běhají sami, nebo ve skupinkách. Svůj trénink si sami naplánují nebo se nechají odborně vést a běhají pod vedením trenéra.

Jak již bylo řečeno, běhy rozlišujeme podle délky na krátké, střední a dlouhé tratě. Podle běžců můžeme rozlišit běh mužský, ženský, juniorský a dětský. Zvláštním druhem běhu je například i běh přes překážky. V terénu se setkáme s během orientačním, kdy běžci běží na čas určitý počet kilometrů a v přírodním terénu zdolávají přirozené překážky. V dnešní době získávají na oblibě také tzv. charitativní běhy, jejichž cílem je finančně podpořit „dobrou věc“ nikoliv běžet „na rychlost“.

## 2.2 Canicross

V této kapitole představím sportovní disciplínu *canicross*, která v současné době vstupuje čím dál víc do povědomí především díky běžcům, kteří nechtějí běhat sami a na trať si berou své psí „partáky“. Dotkneme se historie a vzniku tohoto odvětví, druhů závodů a jejich pravidel a samozřejmě plemen psů, která se pro tento sport nejvíce hodí.

### 2.2.1 Co znamená canicross

*Canicross* neboli běh se psem, je propojením lidského sportu se psím. Tato aktivita postupně získává na oblibě. V České republice se v současnosti pořádá každý rok již minimálně 20 závodů, na kterých se dokáže sejít až 350 canicrossařů. Běhá se od jara do podzimu a na trati můžeme najít muže, ženy, juniory i děti. Každý z běžců má své speciální vybavení. Člověk má kolem pasu *sedák*, pes podél těla *postroj* a spolu jsou propojeni *natahovací šňůrou*.

V České republice již existuje spousta skupin či sdružení, kde canicrossaři společně trénují. Pes se učí správným povelům, jak správně tahat a také jak se chovat při běhu k ostatním psům.

*Canicross* je sport, při kterém si člověk i pes zlepšují kondici. Tato pohybová aktivita se může provozovat v parku, v lese, v horách, zkrátka kdekoliv, hlavně po měkkém povrchu kvůli psím tlapkám. Při běhu dochází k neuvěřitelnému spojení mezi člověkem i psem. Člověk najednou neběží osamocen, ale má po boku svého čtyřnohého společníka, se kterým dovede předvést lepší výkon, než kdyby běžel sám. Pokud se psovi tato aktivita líbí, po celou dobu běhu bude zaručeně tahat. Je při tom důležité, aby člověk svého psa dobře znal. Musí vycítit jeho chuť k běhání, vědět, jak zareaguje v různých situacích, a poznat, když ho něco trápí a nemůže běžet dál.

### **2.2.2 Vznik canicrossu**

*Canicross* je jedna z mnoha disciplín *mushingu*. Samotný *mushing* znamená jízdu na saních se psím spřežením. Psí spřežení jezdí se saněmi pouze v zimním období. Mimo zimu psi táhnou káru neboli čtyřkolku. Ten, kdo sáně či káru se psy ovládá, je *musher*. *Musher* dává povely psům, jakým směrem mají jet, a povzbuzuje je. Nejznámější psí spřežení jsou tažená 6–12 psy. Nejpreferovanější plemena psů jsou alaskáni, huskouni a samojeďi.

První zmínky o *mushingu* pochází z Aljašky, kde vznikl v roce 1908 první musherský klub saňových psů ve městě Nome. Tento klub pořádal první oficiální závody. Lidé si *mushingu* začali všimnout v době, kdy díky psím spřežením lidé přežili epidemii záškrtu. Tehdy si na vzdálenost 647 km předávalo štafetovým způsobem vakcínu 20 týmů. Nejodvážnější závodník byl Leonhard Seppala se svým psím leadrem Toggem. Za čtyři dny ujel v nepředstavitelných podmínkách, kdy teplota dosahovala 40 stupňů pod bodem mrazu a vítr foukal rychlostí téměř 100 km/h, neuvěřitelných 408 kilometrů.

V Čechách se *mushing* začal rozvíjet v 70. a 80. letech 20. století. Existovala dvě centra, která *mushery* sdružovala. První skupina se vytvořila kolem Petra Hanzlíka, jenž je považován za vůbec prvního mushera v Čechách. Jeho stoupenci se věnovali dálkovým běhům a do psích spřežení využívali plemeno českého horského psa. Petr Hanzlík rozvážel se svým spřežením poštu

v Krkonoších. Druhá skupina se zajímala o severské psy, kteří byli dovezeni především pro výstavy. Jednalo se o aljašské malamuty, sibiřské husky a samojedy. Později si začali shánět vybavení, aby s nimi mohli jezdit na saních. V roce 1985 se v Peci pod Sněžkou konal první organizovaný závod. [9]

*Mushing* v sobě ukrývá řadu disciplín se psy, tedy nejen psí spřežení se saněmi či károu (Viz Příloha 1.). Patří mezi ně například: *canicross* = běh se psem (Viz Příloha 2.), *skijöring* = jízda na běžkách (Viz Příloha 3.), *scooterjöring* = jízda na koloběžce (Viz Příloha 4.), *bikejöring* = jízda na kole (Viz Příloha 5.). Disciplíny na závodech se dělí podle ročního období a povrchu trati na *on snow* (na sněhu) a *off snow* (na suchu). Podle délky tratě rozlišujeme závody krátké neboli sprintové do 25km, střední neboli midové od 35km, dlouhé neboli longové od 45km a delší. Na závodech se kategorie dělí ještě podle plemen psů, a to na otevřené (pro všechna plemena psů bez rozdílu), uzavřené (pouze pro sibiřské husky U1, A1, B1, C1, MU1, MB1, LU1) nebo uzavřené pro ostatní severská plemena (například samojed, aljašský malamut A2, B2, C2, MB2). [10]

Podle soutěžního řádu (2006) do kategorie sprint na suchu patří:

A, A1, A2	Tým tvořený 5–8 psy
C, C1, C2	Tým tvořený 2–4 psy
CCM, CCŽ	Canicross muži a ženy s 1 psem
BKJM, BKJŽ	Bikejöring muži a ženy s 1 psem
SC1, SC2	Scooter s 1–2 psy

Do kategorie mid na suchu patří:

MU, MU1	Tým neomezený
MB, MB1, MB2	Tým do 6 psů
MBKJ1	Bikejöring s 1 psem
MSC2	Scooter s 1–2 psy

Do kategorie sprint na sněhu patří:

U, U1	Tým neomezený
A, A1	Tým do 8 psů
B, B1, B2	Tým do 6 psů
C, C1, C2	Tým do 4 psů
CombiM, CombiŽ	Kombinace pulka a skijöring s 1 psem
SKJ1M, SKJ1Ž	Skijöring muži a ženy s 1 psem
SKJ2M, SKJ2Ž	Skijöring muži a ženy se 2 psy

Do kategorie mid na sněhu patří:

MU, MU1	Tým neomezený
MB, MB1, MB2	Tým do 6 psů
MP	Pulka s 1–4 psy
MSKJ2	Skijöring s 1–4 psy

Do kategorie long na sněhu patří:

LU, LU1	Tým neomezený
LA1	Tým do 8 psů
LC1	Tým do 4 psů
LP	Pulka s 1–4 psy

První počátky *canicrossu* lze datovat do období, kdy se na závodech psích spřežení v kategorii *skijöring* vyskytovalo málo sněhu. Běžkaři si psy zapřáhli a běželi s nimi. Samotný *canicross* se ale dlouho vyvíjel ve Francii. Roku 1982 se zde konal první organizovaný závod. Oficiálně byl jako sportovní disciplína uznán roku 1989. Začínalo se běhat se psem na obojku a s vodítkem. Postupem času se objevovalo nové, lepší a promyšlenější vybavení jak pro psa, tak člověka.



Vznikl soutěžní řád, pravidla, konaly se závody, sdružovaly se kluby, organizace a svazy. *Canicross* se pomalu rozšiřoval do celého světa. [11]

Již v roce 1993 se u nás konaly v Praze a ve středních Čechách závody pod názvem „běžec a pes“. Oficiální canicrossové závody se pak uskutečnily 18. 9. 1993. Trať měřila necelé čtyři kilometry a s ohledem na psí reprezentanty lze říci, že účast byla velmi různorodá. Na startu bylo možné vidět českého horského psa, knírače, německého ovčáka, sibiřského husky či českého voříška. Vítězem v mužské kategorii se stal František Burda se svým českým horským psem Baarou. Od té doby až do dnes, František vlastní internetové stránky (<http://bering.estranky.cz/>), na kterých píše články o závodech nejen canicrossových, ale i musherských, dělá rozhovory, vede statistiku v počtu medailí z mistrovství republiky, mistrovství světa, vytváří foto alba a další. [12]

První mistrovství republiky u nás se konalo 9. a 10. listopadu 1996, které bylo součástí prvního ročníku českého poháru v *canicrossu*. Trať vedla na dodnes známé trati na Biřičče u Hradce Králové, kde se každý rok na podzim konají musherské závody. [12]

### 2.2.3 Vhodný pes

Pro běh se psem neexistuje nevhodný pes. V dnešní době, kdy *canicross* už více jak 5 let zažívá velký rozkvět, se na závodech či společných výběžích vyskytují různá plemena psů. Můžeme se setkat s takovými jako např. belgický ovčák, sibiřský husky, ohař, čivava, kokršpaněl, border kolie, kříženci, foxteriér, zkrátka se psy jakéhokoliv druhu.

Jak bylo řečeno v předcházející kapitole, pro *mushing*, tedy tahání saní či káry, se jako nejvhodnější a nejvytrvalejší plemena hodí sibiřský husky, aljašský malamut a samojed (Viz Příloha 6.). Známkou toho jsou i filmy natočené podle událostí, které se doopravdy staly. Například film *Togo*. Přesvědčivým důkazem kvality těchto plemen jsou i jejich výsledky dosažené v závodech. Známymi mushery jsou například Jana Henychová a Roman Habásko. Pro své psy jsou ochotni udělat vše možné. Jana jezdí se svými psy kvůli sněhu trénovat na sever. Jako jediná z Čechů zdolala tři nejtěžší longové závody Evropy: Finnmarkslopet 1 000 km a 500 km, Femudlopet 600 km. Roman se účastní každým rokem

mistrovství Evropy i mistrovství světa, kde hrdě reprezentuje nejen sibiřské husky, ale i Česko.

Jedním z několika málo známých psích sportovců je neuznané plemeno jménem *alaskan husky* (Viz Příloha 7.), neboli vořech – kříženec sibiřského husky, německého krátkosrstého ohaře a chrta. S těmito psy se nejen jezdí na saních, ale i běhá, jezdí na kole či koloběžce nebo na běžkách. Vzrůstově jsou o něco málo větší než husky, fena bývá vždy menší než pes. Vzhled záleží na tom, jaké plemeno procentuálně převažuje: například delší srst charakterizuje větší procento zastoupení huskyho, kratší srst ohaře. Obecně lze říci, že jsou tyto psi učenlivější a pracovitější než výše jmenovaná severská plemena. Předčí je i v rychlosti, kdy v tahu dosahují až 45 km/h. [13]

Další neuznanou skupinou psů jsou *evropští saňoví psi* (Viz Příloha 8.). Toto plemeno je vyšlechtěno z německého krátkosrstého ohaře, pointera a greyhouna. Později byl přidán alaskan, aljašský malamut a sibiřský husky. Co pes, to originál. Každý skrývá v sobě více či méně určité krve příkříženého psa. Po greyhoundech zdělili rychlost, po alaskanech sílu, po pointrech výborný čich a povahu. Definice tohoto plemene je těžká, ale ESP je takový pes, který obsahuje minimálně 50 % německého krátkosrstého ohaře nebo pointera. Vzhledově je nejpodobnější ohařům. Srst má krátkou a hustou. Typy zbarvení ESP: černé, hnědé, hnědý bělouš, černý bělouš, hnědo-bílé a černo-bílé bez grošování. Mohou se vyskytovat i žlutý či béžový ve stejně předešlých variantách. Bílí bohužel neexistují. Je to velice temperamentní a inteligentní plemeno. Rychle se učí, a proto je možné dělat s nimi jakýkoliv sport. Jsou velmi soutěživí, dokážou jít do všeho naplno a dát do toho srdce. Mají hodně energie, proto jim musí být zajištěn dostatek pohybu. [5] ESP jsou vhodní pro ty, kteří jsou dobrými sportovci a mají velké ambice vyhrávat. Samozřejmě za vítězstvím stojí tvrdý trénink sebe i psa.

Jak již jsem uvedla, pro *canicross* se hodí jakýkoliv pes. Důležité je, aby běhání bavilo jak psa, tak člověka. Nezáleží na výšce, hmotnosti, plemeni, ani pohlaví psa. Běh má být pro radost. Naučit psa tahat se dá téměř vždy.

## 2.2.4 Vybavení

Pro tento sport člověk potřebuje pouze tři věci: běžecký opasek pro sebe, postroj pro psa a šňůru s amortizérem na propojení psa a člověka. Nedílnou součástí je správné běžecké oblečení a obuv pro běh v terénu.

Na trhu se dá kompletní canicrossové vybavení sehnat za pár set korun, ale dá se pořídit i vybavení dražší. Pokud se tomuto sportu chce člověk věnovat odpovědně, je důležité, aby měl pes pohodlný postroj a on sám byl vybaven kvalitním sedákem. Špatným výběrem může člověk uškodit nejen sobě, ale i psovi. On sám to pak odnese bolavými zády a pes přetěžováním jedné strany začne kulhat.

Běžecký opasek vypadá na první pohled jako horolezecký sedák. Profesionální a amatérští běžci v České republice používají nejčastěji čtyři značky sedáků: Non-stop, ManMat, Zero DC a Rock Empire. U všech sedáků je důležitý dobrý tah přes hýždě.

- Běžecký opasek značka Non-stop (Obrázek č. 3.): Tento opasek je složen ze čtyř popruhů. Jeden popruh je zapnut na přezku v rozmezí boků a pasu. Druhý vede přes zadek a hýždě. Na něm je v přední části kroužek, kterým vede šňůra. Třetí a čtvrtý popruh vede od prvního popruhu dolů kolem třísel až nahoru k prvnímu popruhu. Důležité je, aby byly všechny popruhy správně utaženy a nastaveny. Aby první popruh nebyl zapnut až na úrovni boků, druhý popruh vedoucí přes zadek nevyšel výš, než má být, a popruhy mezi třísly aby se nezařezávaly či nebyly na volno.



Obrázek 3 Opasek Non-stop

(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))

Šňůra s amortizérem je pružné, natahovací vodítko. Na jednom konci je karabina, která se připojí na postroj psa. Na druhém konci je pouze očko, které se protáhne kroužkem na běžeckém opasku. Šňůra zajišťuje plynulý rozběh bez cuknutí při startu. A slouží jako pupeční šňůra, spojuje psa a člověka. Při výběru je důležité, aby karabina nebyla na obou koncích. V případě, kdyby se karabina rozbila, mohla by psa zranit. Také je důležité hlídat životnost šňůry a včas zakoupit novou. Životnost šňůr s amortizérem je kolem dvou let, samozřejmě záleží na četnosti používání. Při výběru šňůry je nutné vzít v úvahu velikost psa, existují totiž dva typy šňůr: pro malé a pro velké psy. Každé vodítko má uvnitř rozdílné množství protkaných vláken. Při závodech platí povinnost mít šňůru v nataženém stavu o délce dvou metrů. Mezi výrobce šňůr patří Non-stop, ManMat (Obrázek č. 4.) a Zero DC.



Obrázek 4 Šňůra Manmat

(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))

Výběr vhodného postroje pro psa patří k tomu nejtěžšímu při výběru canicrossového vybavení. Mezi výrobci se opět objevují Non-stop, ManMat, Zero DC a Dragattan. Šijí několik variant postrojů. Můžeme se setkat s krátkými postroji, které psovi končí na úrovni hrudníku. Tyto postroje jsou vhodné na venčení psa, aby se neškrtil na obojku, případně tažné postroje pro malé psy, např. pro rasu jorkširského teriéra. Dlouhé postroje jsou ty, které jsou primárně určené k tahu.

Výběr vhodného, dobře padnoucího dlouhého tažného postroje může trvat i několik týdnů. Nepozná se pouhým nasazením na psa. Vždy je nutné vyzkoušet ho v běhu. A někdy ani jeden výběh nestačí. Postroj nesmí být psovi velký kolem krku, nesmí mu sjíždět na lopatky. Pod krkem a hrudníkem by mělo být vždy místo na dva prsty. Pokud by byl postroj příliš těsný, pes by se dusil. Při běhu nesmí postroj bránit pohybu lopatkám, což znamená, že pes musí mít možnost plynule běžet a lopatka musí mít prostor pro pohyb směrem nahoru a dolů. Zespodu by měl postroj končit na hrudníku a obepínat žebra. V případě, kdy postroj bude delší a bude dosahovat až k dutině břišní, může způsobovat psovi nevolnost. Karabina od šňůry se pak přicvakne do poutka, které by mělo být umístěno na konci postroje, v místě kořene ocasu psa.

- Dragrattan X-back: Tento postroj sedí typu mohutných psů s krátkým trupem (např. australský ovčák, pointer). (Obrázek č. 5.)
- Dragrattan R: Typ tohoto postroje je určen psům s užším hrudníkem a delším trupem (např. ohaří, alaskáni border kolie). (Obrázek č. 6.)
- Dragrattan Multi-sport: Tento postroj se díky posuvnému uchycení vodítka nepřetáčí a pomáhá tak psovi, aby běžel rovně. (Obrázek č. 7.)



Obrázek 5 Postroj Dragrattan X

(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))



Obrázek 6 Postroj Dragrattan R

(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))



Obrázek 7 Postroj Dragrattan Multi-sport

(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))

Pokud se člověk rozhodne koupit si vybavení na *canicross*, je dobré zajít si do prodejny či do stánku na nějakých závodech, kde je vybavení volně přístupné k vyzkoušení a zároveň ho prodává odborník, který tomu rozumí a dokáže poradit.

### 2.2.5 Druhy závodů

Dříve existovaly pouze musherské závody. Zahrnovaly nejen starty na káře (řiditelné čtyřkolce), ale také na koloběžce, na kole či běžecké. Dnes existuje spousta *canicross*ových závodů, které se konají samostatně nebo ve spojení kolo a koloběžka.

Na internetových stránkách [www.mushing.cz](http://www.mushing.cz) je kalendář mushingových závodů na celý rok. Na sezónu *off snow* a *on snow*. Kalendář obsahuje jak české závody, tak i závody mistrovství Evropy či celého světa. Takových závodů se mohou účastnit běžci, kteří mají DID neboli identifikační číslo a jsou členy nějakého musherského klubu. Identifikační číslo neboli licenci závodník získá, pokud úspěšně napíše test, ve kterém prokáže, že se seznámil se směrnicemi a závodním řádem. Každý závodník si pak může vybrat, zda poběží trasu *sprint* v délce 4–6 kilometrů či *mid*, která měří okolo 15 kilometrů. Tyto závody jsou oproti samostatně konajícím se *canicross*ovým závodům dvoudenní, kdy každý den se běží jeden běh. Tyto závody nevyklučují ani ty, kdo ještě nemají licenci a nejsou v musherském klubu. Mají pro ně připravenou kategorii tzv. *Příchozí* s kratší či

sprintovou trasou a pouze jednodenním během. Příkladem takového závodu je *Stochov*, který se koná na podzim.

Závody, které jsou pouze canicrossové, se konají jeden den. Běhá se krátká sprintová trasa dlouhá 3–5 kilometrů, případně midová měřící 9–12 kilometrů. Těchto závodů se může zúčastnit kdokoli, běžec amatér, profesionál nebo úplný začátečník. Příkladem je seriál závodů *Leskros*. Novinkou u nás je etapový závod. Jedná se o čtyřdenní závod, během kterého běžec se psem odstartuje čtyřikrát až pětkrát. Tratě jsou dlouhé od 3 do 12 kilometrů. Startuje se buď brzy ráno, nebo pozdě večer. U nás se druhým rokem pořádá *Dog Epic Race*. Pro tento závod platí podmínka, že se musí odběhnout pouze s jedním psem, výměna psa není možná.

Jeden z neznámějších etapových závodů, kterého se každoročně s velkým úspěchem účastní i čeští reprezentaci, se koná v Savojských Alpách ve Francii. Závod *Trophée des Montagnes* patří k nejtěžším závodům v Evropě. Během 7 dní se koná 11 etap dlouhých od 3 do 13 kilometrů. Každá etapa se běží na jiném místě. Výhodou je, že každý běžec může startovat se dvěma psy a v jednotlivých etapách je může střídat.

## 2.2.6 Rozdělení závodníků do kategorií

Jak již bylo řečeno v minulé kapitole, dvoukolových musherských závodů se mohou účastnit pouze závodníci s platnou licenci. Přihlásit se mohou do kategorií *canicross muži sprint* (CCM), *canicross ženy sprint* (CCW) nebo do smíšené kategorie *canicross mid* (MCC). V rámci kategorie *Příchozí* se můžou v jednodenním závodě účastnit i závodníci bez platné licence a vloženy jsou i závody juniorů a dětí.

Pokud se konají závody pouze individuálních musherských disciplín (kolo, koloběžka, běh), může se canicrossař hlásit na závod bez ohledu na to, zda licenci má nebo ne. Kategorie jsou zde rozděleny podle pohlaví a také podle věku závodníků. *Canicross muži 19–39 let* (CCM), *canicross muži veteráni I 40–49 let* (CCM 40+), *canicross muži veteráni II 50 let a starší* (CCM 50+), *canicross muži veteráni III 60 let a starší* (CCM 60+), *canicross ženy 19–39 let* (CCW), *canicross ženy veteránky I 40–49 let* (CCW 40+), *canicross ženy veteránky II 50 let a starší* (CCW 50+), *canicross ženy veteránky III 60 let a starší* (CCW 60+). Nezapomíná



se ani na kategorii *Příchozí*, kam se hlásí závodníci, kteří jsou úplní začátečníci. Přihlásit se mohou i junioři, juniorky a děti.

Na závodech určených pouze canicrossařům jsou kategorie rozdělovány podle pohlaví běžců a také podle váhy psů. Váhová kritéria nejsou nikde striktně stanovena, každý organizátor závodu si tak může určit váhové kategorie samostatně. Například závod *Leskros* je rozdělen na trasu *sprint* a *mid*. Na midové trase jsou běžci rozděleni jen podle pohlaví na muže a ženy, váha psa zde nehraje roli. Trasa *sprint* rozděluje běžce do kategorií podle pohlaví a také podle váhy psa na kategorie do 11,99 kg, 12–22,99 kg a 23 a více kilogramů. Kategorie juniorů je zde spojená pro obě pohlaví a všechny váhové kategorie psů. Stejně tak je tomu u kategorie zvané „můj první závod“. Závod *Běhej se psem*, který je Leskrosu hodně podobný, rozděluje váhové kategorie jiným způsobem. .

### 2.2.7 Pravidla závodu

- Trať je značená pomocí fáborků (mlíka) a barevných terčů. Každá barva má svůj význam:

modrá = rovně;

žlutá = výstraha, pozor (např. kopec dolů, kořeny);

červená = odbočit (pokud je terč na levé straně = odbočit na nejbližší křižovatce doleva, pokud je terč na pravé straně = odbočit na nejbližší křižovatce doprava).

- Startovat může pouze pes starší 12 měsíců.
- Závodu se nesmí účastnit feny březí více jak 30 dní a feny do 6 týdnů po porodu.
- Závodník může závodit s jedním psem pouze 1x, nelze odběhnout 2x závod se stejným psem. Výjimkou jsou dětské kategorie.
- Vystartovat může pouze závodník a pes, kteří jsou vybaveni sedákem, postrojem a šňůrou. Po celou dobu závodu musí být pes spojen s člověkem šňůrou.

- Šňůra v nataženém stavu má maximálně 2 metry. V průběhu závodu může dojít k namátkové kontrole délky šňůry.
- Závodící pes musí mít naučené povely:
  - pro odbočení vpravo = gee, pravá (jakýkoliv jiný)
  - pro odbočení vlevo = haw, levá (jakýkoliv jiný)
  - pro vyběhnutí ze startu = go, běž (jakýkoliv jiný)
  - pro povzbuzování psa, při předbíhání, při zastavení a další
- Závodníkovi není dovoleno startovat s botami, které mají hřeby.
- Pokud jsou na závodech váhové kategorie psů, závodník se poctivě přihlásí do své kategorie. Psi mohou být namátkově převáženi. Pokud je pes v den závodu těžší, jde automaticky do vyšší kategorie.
- Pes musí mít platné očkování, povinné je proti vzteklině. Očkovací průkazy se kontrolují při registraci.
- Pokud pes jeví známky agrese, musí startovat povinně s košíkem na čumáku.
- Jakákoliv agrese psa při závodě (štípnutí, kousnutí, vrčení na jiného psa či člověka) je trestána diskvalifikací. Pořadatel vyslechne obě strany, popřípadě svědky.
- Hrubé zacházení se psem bude též potrestáno diskvalifikací.
- Na trase je důležité se chovat ohleduplně, dojde-li k předbíhání závodníků, a předejít možné agresi psů. Při předbíhání se doporučuje zakřičet, z jaké strany se bude předbíhat („zleva“, „zprava“), aby si předbíhaný popřípadě mohl stáhnout psa.
- Druhy startů, které si může zvolit pořadatel na svém závodě podle vlastního uvážení:
  - intervalový = závodníci startují po jednom, další vybíhá po 15–30 vteřinách (stanoví pořadatel);
  - hromadný = všichni závodníci vybíhají společně;

ve vlnách = například: v první vlně vyběhne 5 závodníků, druhá vlna vyběhne 30 vteřin po první a bude v ní dalších 5 závodníků;

stíhací = pouze u dvou a více kolových závodů, závodníci startují v pořadí, v jakém doběhli v prvním kole za sebou po 30 vteřinách. [14, 15]

## 2.2.8 Péče o psa

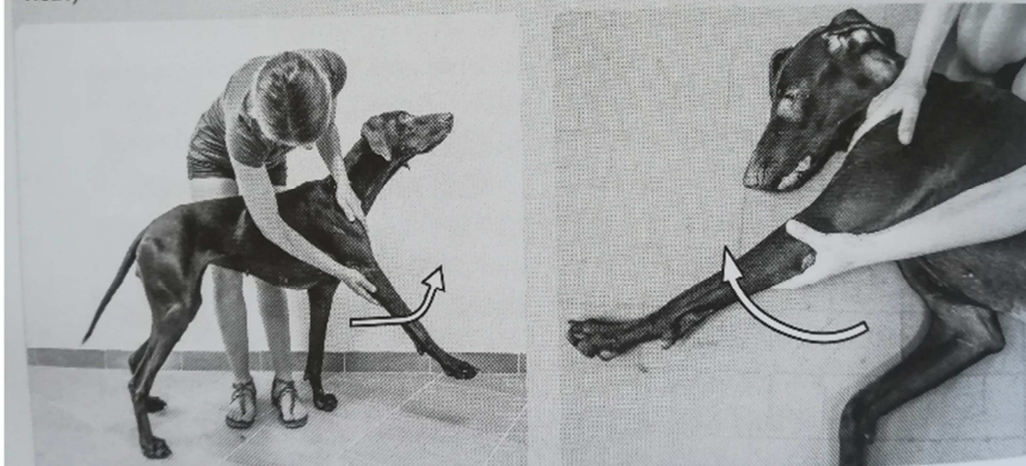
Péče o psa je stejně důležitou kapitolou jako samotný trénink psa. Pes je živé zvíře, není to stroj, který si lze vytáhnout, použít a zase vrátit zpět na místo. O psa se musí člověk starat s láskou. Přistupovat k němu stejně jako k sobě. Je nutné ho systematicky trénovat, dopřávat mu dostatek odpočinku, protahovat svaly, používat energetické / zavodňovací nápoje, podávat správnou výživu a uspokojovat další potřeby psího sportovce.

Dostatečná hydratace nesouvisí pouze se sportem. Pes by měl mít přístup každý den k misce s vodou či rybníčkem na zahradě. Když do hry vstoupí sportovní výkon, ať už *canicross*, agility, obrana nebo jakýkoliv jiný sport, zavodnění psa před výkonem je velmi důležité. Bohužel, pes neumí dopředu přemýšlet jako my, neví, co ho čeká, a proto mu musíme pomoci. Dostatek tekutin vede k lepší termoregulaci, předchází křečím, zlepšuje výkon, podporuje vyšší psychickou odolnost psa a má vliv na efektivnější energetický metabolismus. Pro zavodnění psa stačí pouze obyčejná voda, pokud ji pes odmítá, je možné ji ochutit například vývarem či tuňákem. Na trhu dnes již existují i práškové přípravky pro psy, které jim dodají energii a potřebné látky před výkonem i po výkonu. Jako kvalitní lze doporučit přípravky od značky Mamut. Obecně platí, že by pes měl vypít 15 ml tekutin na 1 kg hmotnosti 2–3 hodiny před závodem a 30 minut až hodinu po závodě. [6]

Strečink u psa je stejně důležitý jako u člověka. Předchází zranění. Proto je důležité psa před výkonem rozehrát a po výkonu protáhnout. Pokud strečinku nebudeme věnovat pozornost, ve stáří dojde ke zkrácení svalů a bolesti kloubů. V publikaci *Běhej se psem* Šimon Cipro jednoduše popisuje strečink psa jako součást každého tréninku a závodu. Podle něho by každá tato sportovní aktivita měla obsahovat tyto fáze [6]:

- 1. *Rozehřátí*: Na začátku stačí vzít psa na vodítko a 5–10 minut se s ním procházet bez házení míčku. Pokud to podmínky umožňují, je vhodné psa pustit na volno a pomalým tempem běžet s ním tak, aby se pes rozhýbal a zahřál si svaly.
- 2. *Rozcvička*: Úkolem této fáze je dynamicky rozhýbat klouby a svaly do všech směrů, ve kterých se pohybují. Otáčení hlavy a trupu na obě strany, ohýbání krku nahoru a dolů, vkládání hlavy mezi nohy. Pes se do těchto poloh dostává sám, pomocí pamlsku nebo hračky. Rozcvička by měla skončit před vyběhnutím. V této fázi také můžeme použít sportovní masáž, která se skládá ze tření, proklepání a vibrací hlavních svalových skupin. Tato masáž pomůže prokrvení svalů.
- 3. *Vychladnutí*: Po odtrénovaném tréninku či doběhnutém závodě je důležité psa nenechat lehnout. V této chvíli je vhodné a důležité psa pochválit, pomazlit se s ním, ukázat mu, že byl šikovný a že jste vděční za jeho výkon. Poté je možné si psa připnout na obojek nebo ho mít na volno a alespoň 5 minut ho „vychodit“. Chození předchází křečím, ale udržuje i průtok krve ve svalech a tak pomáhá lépe odplavit metabolity ze svalů.
- 4. *Strečink*: Správně provedený trénink či závod končí strečinkem. Provádí se 15 minut po výkonu, dokud jsou svaly ještě rozeřáté. Při strečinku dojde v uvolnění svalů a kloubních struktur. Důležité je provádět ho s uvolněným psem. Může být aktivní, kdy pes se protahuje sám za použití pamlsku jako při rozcvičení, nebo pasivní, kdy psovi protahujeme končetiny sami. Při pasivním strečinku, kdy končetiny psa vedeme do krajních poloh ve směru pohybu, je důležité, abychom netlačili násilím a hrubou silou. Každý cvik se provádí minimálně 30 vteřin a třikrát ho opakujeme. Některé cviky jsou vyobrazeny níže. (Obrázek č. 8-11

Protahování hrudní končetiny dopředu. Na této fotografii je vidět, jak pravá ruka tlačí dlaní na loket psa a narovnaná končetina se sama dostává dopředu. Levá ruka stabilizuje rameno (ve stoje nebo vleže).



Obrázek 8 Protahování hrudní končetiny dopředu

(Zdroj: Knížka Běhej se psem)



Protahování pánevní končetiny dozadu. Tlak je veden rukou v místě těsně nad kolenním kloubem, druhá ruka končetinu pouze podpírá v oblasti kotníku (ve stoje nebo vleže).

Obrázek 9 Protahování pánevní končetiny dozadu

(Zdroj: Knížka Běhej se psem)

Protahování krčních svalů. Pes sedí, vlastním tělem mu zezadu poskytujeme oporu a zároveň držíme jeho záda rovná. Pamlskem mu vedeme hlavu směrem vzhůru a dozadu.



Obrázek 10 Protahování krčních svalů

(Zdroj: Knížka *Běhej se psem*)



Protahování břišních svalů. Psa necháme nejprve sednout, uchopíme ho v podpaží, vlastním tělem ho zezadu podpiráme a pomalu si stoupáme.

Obrázek 11 Protahování břišních svalů

(Zdroj: Knížka *Běhej se psem*)

Při letních vysokých teplotách může dojít u psa k přehřátí organismu, což může způsobit zažívací problémy, zvracení, křeče, ale i úmrtí psa. Obecně platí, že od 13°C je nutné psa chladit vodou. Při teplotě vyšší jak 26°C by se pes neměl vůbec zapřahat. Pes se na rozdíl od člověka nepotí, sám teplotu reguluje velmi obtížně. Může mu pomoci to, když ho namočíme. V tom případě, je důležité dostat do kožichu co nejvíce vody, která se bude postupně odpařovat a psa bude ochlazovat. K namáčení těsně před startem se nám může hodit nádoba s vodou, ručník a houba. Vodu začneme nanášet houbou od tlapek až po trup, můžeme přes něho přehodit mokrý ručník. Variantou je, pokud si pes sám vleze například do rybníka. Je zjištěno, že pes díky namočení před startem dosáhne lepších výkonů.

Na přehřátí je nutné myslet i v zimě. Pokud se po mrazivých dnech oteplí, může to pes hůře zvládat. Je proto důležité ho pozorně sledovat. Přehřátí psa se pozná tak, že pes táhne méně nebo vůbec, má zrychlené dýchání, zvrací, je dezorientovaný. Pomoci se mu dá postupným ochlazováním studené vody a samozřejmě zajištěním pitného režimu. [6]

Péče o psa zahrnuje také péči o jeho tlapy. Je nutné hlídat dráčky, včas je zastříhnout speciálními kleštičkami. Kontrolovat musíme také polštářky. Pokud jsou narušené, je důležité mazat je lékařskou vazelínou a nazout botičku. Tu by majitel psa měl nosit vždy při ruce a nasadit ji nejen, když objeví poraněné polštářky, ale také pokud pes běží po cestě s ostrým terénem nebo na zmrzlém sněhu. Vždy se nasazují buď dvě přední, nebo dvě zadní, aby nedocházelo k výškové nerovnováze. Při nasazování botiček je důležité jejich správné upevnění. Suchý zip nesmí nohu příliš stahovat a zároveň nesmí být tak volný, aby botička spadla. Je důležité, aby si na botičku pes zvykl dříve, než dojde ke zranění, a proto se doporučuje nasadit mu ji například před krátkou procházkou. K dispozici mají majitelé psů dva druhy botiček – univerzální (Viz Příloha 9) a odolné (Viz Příloha 10). Jejich výrobci jsou opět Non-Stop, ManMat a Dragrattan.

- Univerzální botička slouží jako prevence proti zatřesenému dráčku, odření polštářků či na doma proti olizování ran. Je tenká bez švů. Odolná botička je vhodná pro psy v zátěži po zranění či dlouhých výletech v horách. Je pogumovaná bez švů.

## 3 Praktická část

### 3.1 Příprava závodu

#### 3.1.1 Studie proveditelnosti

V roce 2018 jsem chodila na brigádu do neziskové organizace *Rozběháme Česko z. ú.*, jejíž hlavní filozofií a cílem je rozběhat co nejvíce lidí a zároveň je i vzdělávat v oblastech jako je zdravé běhání a zdravý životní styl. [17] Postupně jsem pronikala do její činnosti. Pomáhala jsem s odesíláním zásilek, účetnictvím, organizováním závodů. V té době kolegové z *Rozběháme Česko z. ú.* vymýšleli běžecký a canicrossový seriál pro rok 2019 a tak mě napadlo, že bych se mohla přidat. Jaké by to asi bylo uspořádat canicrossový závod? Můžu se pustit s jejich pomocí do jeho organizace? Ano, kolegové souhlasili.

A tak jsem se do toho pustila. V hlavě se mi honila spousta myšlenek. Jaké místo zvolit? Jaký termín? Kudy povedou závodní tratě? Kolik se mi podaří získat účastníků? Koho mám oslovit? Co když bude pršet? Pan ředitel Jan Bielik a předsedkyně Markéta Myslivcová z *Rozběháme Česko z. ú.* mi velice pomohli. Na podzim roku 2018 jsme společně sestavili předběžný rozpočet celého seriálu i jednotlivých závodů – Dnešice (Viz Příloha 11) Pro závod v Dnešicích jsem připravila SWOT analýzu (Obrázek č. 12.), abychom si uvědomili, jaké přednosti může závod mít a jaká rizika ho naopak mohou ohrozit. Poté jsem vytvořila časový plán (Viz Příloha 12), ve kterém jsem se prvotně zaměřila na slabé stránky závodu a způsob jejich ovlivnění.



<b>Silné stránky</b>	výborná image značky unikátní závod nízké náklady podpora SDH zázemí	malé podvědomí v ČR (zahraničí) roční období - málo času na přípravu tratě	<b>Slabé stránky</b>
<b>Příležitosti</b>	místo konání - les spolupráce s partnery věrní závodníci	ztráta partnerů zamítnutí povolení válka s jinými pořadateli počasí, škody nedostatek organizačního týmu	<b>Hrozby</b>

Obrázek 12 SWOT analýza závodu

(Zdroj: Vlastní zdroj)

Aktivity spojené s rizikem jsem si naplánovala v dostatečném předstihu, abych měla v případě neúspěchu dostatek času na zvolení náhradní alternativy. Nejvíce jsem se obávala toho, že nedostaneme povolení k realizaci závodu na plánované trase, což by mohlo ohrozit jeho samotné uskutečnění, a proto jsem si pro získání povolení stanovila termín podzim 2018. Jako důležité jsem vnímala i nutnost v dostatečném předstihu zveřejnit termín závodu pro účastníky. Bylo nutné předejít termínové kolizi s jinými akcemi a také obeznámit všechny spolupracující organizace a příslušné orgány. Obdobně jsem postupovala i v dalších bodech, které mi vyšly ve SWOT analýze jako slabé stránky či hrozby.

### 3.1.2 Definování struktury závodu

Abychom mohli nabídnout závod Dnešice i celý běžecký a canicrossový seriál potenciálním účastníkům, museli jsme vymyslet název seriálu, sestavit pravidla závodu, zvolit délky tratí a kategorií pro závodníky a také např. vymyslet způsob, jak bude probíhat registrace.

Běžecký a canicrossový seriál dostal název *Leskros*. Podle plánu obsahoval *Leskros* čtyři závody na čtyřech různých místech. Tři závody se konaly v okolí Plzně (Tlučná, Dnešice, Nebílovi) a jeden až na Ještědu. Seriál byl určen pro dospělé i dětské běžce a canicrossaře. Účastnit se ho mohli amatéři, profesionálové i začátečníci.

Pro celý seriál jsme definovali kategorie podle délky tratí. Závodníci si mohli vybrat ze tří možností. Dlouhá trasa se jmenovala *MID* a měřila 9–11km. Krátká trasa se jmenovala *SPRINT*, její délka byla 4–6 km. Trasa pro juniory a kategorii *Zkus si svůj první závod* měřila kolem 3 km. Každou trasu si mohl vybrat jak běžec, tak canicrossař. Dětské délky tras se odvíjely na základě věku dětí. Nejmladší běželi 100 m, pro nejstarší byla připravena trasa v délce 1,3 km.

S kategoriemi pro dospělé a juniory to bylo trochu složitější. Chtěli jsme to vymyslet tak, aby dělení závodníků bylo co nejvíce spravedlivé. Výsledkem byla následující kategorizace:

- *Běh MID* – muži 18–39let, ženy 18–39let, muži 40+, ženy 40+
- *Běh SPRINT* – muži 18–39let, ženy 18–39let, muži 40+, ženy 40+
- *Canicross MID* – CCW bez rozdílu, CCM bez rozdílu
- *Canicross SPRINT* – CCW se psy do 10,99 kg, CCM se psy do 10,99 kg, CCW se psy 11-19,99 kg, CCM se psy 11-19,99 kg, CCW se psy nad 20 kg, CCM se psy nad 20 kg
- *Junioři* – bez rozdílu věku a pohlaví (10–17let), Běh, CC
- *Zkus si svůj první závod* – bez rozdílu věku a pohlaví, pouze v Tlučné a Dnešicích, mimo seriál
- *Scooter* – bez rozdílu pohlaví, pouze v Tlučné a Dnešicích, mimo seriál.

Kategorie *Scooter* se měla uskutečnit pouze v Tlučné a v Dnešicích, kde jsme věděli, že jsou ideální podmínky pro koloběžky. Kategorie *Zkus si svůj první závod* se měla také uskutečnit pouze v Tlučné a v Dnešicích s tím, že startovné z tohoto závodu jsme plánovali věnovat Centru sociálních služeb ve Stodu. Při stanovení pravidel celého seriálu jsme vycházeli z obecných pravidel pro canicrossaře, která jsem zmiňovala v kapitole 2.2.7. Přidali jsme ještě pár dalších opatření, která jsme považovali za důležitá a byla určena i pro běžce. Celá pravidla jsou k přečtení na webových stránkách [www.leskros.cz](http://www.leskros.cz). Například: [15]

- Účastník mladší 18 let musí mít s sebou podepsaný souhlas zákonného zástupce, který ukáže při registraci, nebo zákonný zástupce dá souhlas na místě.
- Každý závodník se účastní na vlastní nebezpečí.

- Závodník musí mít po celou dobu závodu na trase viditelně připevněné startovní číslo, nejlépe na hrudi.
- Čip musí být upevněn na kotníku člověka, nikoliv psa!
- Na start se běžec i canicrossař dostaví s předstihem.

Závodníci se mohli registrovat na závod přes internetové stránky, kde byl vytvořen přihlašovací formulář. Na něm byly k vyplnění nejdůležitější informace, jako jméno, příjmení, adresa bydliště, kontakt, záměr účastnit se celého seriálu či pouze jednoho závodu, volba toho, zda účastník poběží jako běžec či canicrossař a v jaké kategorii, požadavek na získání trička či čelenky apod. Formuláře pro přihlášení byly spuštěny s dostatečným předstihem koncem roku 2018. Pro prvních 100 přihlášených závodníků na celý seriál běžeckých a canicrossových závodů bylo připraveno 100 triček s nápisem *Leskros* jako odměna. Závodníci zároveň měli možnost zakoupit si i seriálovou čelenku *Leskros*.

V období celého seriálu běžeckých a canicrossových závodů byla plánovaná takzvaná *Týmová výzva*, do které měl přispívat svými body každý závodník, který se závodů účastnil. Za 1. místo získal závodník pro svůj tým 100 bodů, za další místa se postupně body snižovaly, od 25. místa pak každý závodník bez rozdílu získal pro svůj tým vždy 5 bodů. Nikdo tedy neodešel s prázdnou. Na konci seriálu pak měl být vyhlášen celkový vítěz ve své kategorii i vítězný tým s největším počtem bodů.

### 3.1.3 Organizační tým

Pro realizaci celého plánu bylo nutné vytvořit organizační tým. Představa, že bychom vše zvládli ve složení já, ředitel a předsedkyně, byla nereálná. Dotázaním kolegů z běžeckých tréninků a vyhledáním dobrovolníků na facebookových sítích se nám podařilo vytvořit tým 27 lidí, kteří při organizování a realizaci závodů pomáhali. Bez jejich pomoci by organizace závodů nebyla možná. Pomáhali se stavěním a bouráním stanů v zázemí, při registraci závodníků, při předávání cen apod.

Odpovědnosti jednotlivých členů organizačního týmu:

- ředitel a předsedkyně *Rozběháme Česko z. ú.* rozdávali úkoly ostatním, pomáhali, kde byla potřeba;

já jsem měla na starosti stánek s registracemi, značení tratě, předávání cen, startování;

- dva členové organizačního týmu byli ve stánku *Bežecká vesnice*, kde si lidé vyzvedávali *Leskros merch* (trička a čelenky) a mohli nakupovat běžecké a canicrossové zboží;

- jeden člen organizačního týmu na závodech značil trasu a kontroval, zda nejsou ztržené fáborky;

- čtyři členové měli na starost stánek s registracemi (registrace na místě, dětské registrace, závodníci podle příjmení A–M a N–Z);

- jeden člen měl na starost občerstvovací stanici na trase závodu;

- jeden člen zajišťoval občerstvovací stanice v zázemí;

- jeden člen měl na starosti parkování;

- dva členové rozdávali v cíli medaile;

- čtyři členové pomáhali na závodech dětí (stopovali čas, řadili děti, zapisovali startovní čísla, rozdávali medaile);

- šest až osm lidí pomáhalo na trase.

### 3.1.4 Určení termínu konání závodu *Leskros Dnešice*

Při výběru termínu konání závodu *Leskros Dnešice* jsme museli vzít v úvahu několik faktorů:

- dostatečný časový rozestup mezi jednotlivými závody seriálu;
- termínové kolize s jinými canicrossovými a běžeckými závody; termínové kolize s plánovanými akcemi v obci Dnešice;
- volné termíny dobrovolných hasičů v Dnešicích, kteří během závodů vypomáhali.

Společně s *Rozběháme Česko z. ú.* jsme tedy vytipovali několik termínů, které vyhovovaly všem zmiňovaným kritériím a nejvíce se hodily všem zúčastněným stranám.

Mezi prvními oslovenými v souvislosti s plánováním termínu závodů byl na podzim 2018 starosta obce Dnešice. Navštívila jsem ho s dotazem, zda by se závod v obci mohl uskutečnit a zda by jeho konání podpořil. Probrali jsme detaily závodu, způsob jeho konání, trasu i termín. Starosta, Vlastimil Polák, byl velice ochotný a pro závod se nadchl. Nabídl nám svou pomoc při zajištění realizace.

Termín závodu byl stanoven na 30. března 2019 v Dnešicích v hasičském areálu na Kozlici.

Mým dalším úkolem bylo poslat žádost na obec Dnešice, aby konání závodu odsouhlasila i rada obce. Poslala jsem tedy *Žádost o dar na organizaci závodu* (Viz Příloha 13), *Žádost o udělení záštity* (Viz Příloha 14) a *Žádost o povolení závodních tras* (Viz Příloha 15). V Příloze 27 chybí mapa tras a zázemí, ty budou součástí příloh v následující kapitole.

### 3.1.5 Trasy závodu

Trasy závodu jsem dlouhou dobu vymýšlela. Několikrát jsem projížděla okolní lesy, kreslila nespočet mapek s vhodnými cestami, probírala ideální varianty s vedením *Rozběháme Česko z. ú.*, až jsem nakonec představila finální podobu tras závodů, které jsou uvedeny v Příloze 16. Můžeme zde vidět vyobrazené závodní tratě i s jejich délkou: *MID, SPRINT, Junioři / Zkus si svůj závod a Scooter.*

### 3.1.6 Zajištění povolení

Trasy závodu nevedly jen přes pozemky Dnešic, ale i Přeštic, Chlumčan, Vojenských lesů ČR, Lesů ČR, Správy a údržby silnic Plzeňského kraje. Všem jsem musela odeslat email se žádostí o povolení trasy přes jejich pozemky. Žádost vypadala obdobně jako pro Dnešice (Viz Příloha 15), jen s tím rozdílem, že v každé žádosti jsem uvedla přesná parcelní čísla pozemků, přes které měly trasy vést.

V odpovědi z obce Dnešice (Viz Příloha 17), vidíme, že rada obce v čele se starostou schválili konání akce, povolili trasy, schválili záštitu nad závodem a dokonce i přispěli finančním příspěvkem na základě zaslané žádosti o podporu tohoto závodu. Obec nám nakonec vyšla vstříc i zapůjčením pivních setů pro sezení účastníků závodů.

Domluva s dobrovolnými hasiči z Dnešic proběhla ústní formou. Bylo dojednáno, že ve sportovním areálu hasičů bude mít *Rozběháme Česko z. ú.* své zázemí a že hasiči pomohou při přípravě závodu, na trase i se zajištěním občerstvení pro běžce i vody pro psy. Při telefonické domluvě s majitelem *Dnešické zemědělské a. s.*, panem Peškem, jsem dojednala možnost využití louky co by parkoviště pro závodníky, a s vedoucí skautů, paní Vlastou Malou, jsem vyřídila možnost využití jejich elektrické přípojky pro účely závodu, neboť v areálu hasičů elektrické připojení chybělo.

Od všech výše uvedených, kterým jsem posílala email s žádostí o různá povolení, jsem dostala kladný souhlas. Pro příklad uvádím odpověď Vojenských lesů ČR (Viz Příloha 18) Od Lesů ČR a Vojenských lesů ČR přišly s odpovědí i potřebné instrukce.

Při komunikaci s Vojenskými lesy ČR došlo k malému nedorozumění. Jejich první odpověď byla zamítavá, neboť se domnívali, že mnou zvolená trasa vede přes křoviska a mýtiny a tudíž není možné tudy vést závod. Na důkaz toho, že mnou zvolená cesta je optimální, jsem udělala fotky přímo z míst, kudy cesta měla vést, a fotografie poslala zpět. Vojenské lesy ČR na základě mých fotografií s realizací závodu na svém pozemku souhlasily.

### 3.1.7 Sponzoring, ceny

Vedení *Rozběháme Česko z. ú.* zajišťovalo sponzoring pro celý seriál běžeckých a canicrossových závodů, tedy i pro závod v Dnešicích. Hlavním partnerem projektu pro běžecký závod se stal *Husky* a projekt v této oblasti dále podpořili také *On Running*, *Běžecká vesnice*, *Cep* a *Bjež*. Hlavním partnerem pro canicrossaře se stala *Super ZOO* a podporu získali též od *ManMat Czech Republica* a *Běžecké vesnice*.

V Příloze 11, která obsahuje předpokládaný rozpočet závodu v Dnešicích, je vidět, které položky jsou financovány partnery.

*Husky* věnoval peníze na značící pásku a na stuhy pro medaile zúčastněných závodníků, ve věcných cenách daroval závodníkům ponožky, ručníky a igelitové tašky pro registraci či vyhlášení výsledků.

*Super ZOO* zaplatila čipovou časomíru a startovní čísla pro závodníky. Podílela se také na zaplacení *Leskros* triček a do cen pro závodníky věnovala hračky pro psy a psí pamlsky. Do finále závodu poté poskytla psí pelíšky a granule. Na oplátku měla *Super ZOO* na našich závodech stánek se svými produkty a občerstvovací stanici pro psy.

Firma *On Running* věnovala celému serialu finanční příspěvek 50 000 Kč. Kromě toho zapůjčila nafukovací bránu, pod kterou závodníci startovali. Vítězové jednotlivých kategorií v rámci celého seriálu získali také poukázku na výběr bot značky *On Running* a mezi dalšími odměnami pro závodníky věnovanými touto firmou byly i batůžky a ponožky. Na oplátku jsme ve stánku *Rozběháme Česko z. ú.* měli na ukázkou boty této značky, které si mohli lidé vypůjčit či přímo na místě koupit.

Cep věnoval do závodu v Dnešicích běžecké šátky, Bjež věnoval čelenky. Běžecká vesnice připravila pro celý seriál slevové vouchery v hodnotách 1 000 Kč, 800 Kč a 600 Kč a různé drobnosti se svým logem *Rozběháme Česko z. ú.*. Firma *ManMat* poskytla do cen canicrossové vybavení.

Mým úkolem bylo spravedlivě rozdělit ceny na všechny závody i finálová vyhlášení. Podle výčtu sponzorských darů je jasné, že ceny byly opravdu bohaté.

### **3.1.8 Propagace**

Pro běžecký a canicrossový seriál *Rozběháme Česko z. ú.* byly vytvořeny webové stránky, které obsahovaly veškeré informace o jednotlivých závodech. Na facebookových stránkách byly vytvořeny události k jednotlivým závodům. Jejich prostřednictvím bylo na závody pozváno mnoho lidí. Sdíleli jsme zde i veškeré údaje o *Leskrosu* (seznam přihlášených, obrázky medailí, startovních čísel, fotky z trasy, výsledky závodů, soutěže o startovné a další). Lidé, kterým se myšlenka *Leskrosu* líbila, příspěvky sdíleli. A tak se *Leskros* dostával do povědomí veřejnosti.

Byl vytvořen plakát (Viz Příloha 19), který byl vyvěšen ve veřejných prostorách okolních obcí a měst. Společně s pozvánkou na závod byl plakát posílán emailem okolním vesnicím, konkrétně na úřady, aby pozvánku zveřejnily ve svých zpravodajích. V příloze je pozvánka, která byla uvedena v *Přeštickém zpravodaji* (Viz Příloha 20).

Závod propagovali i sponzoři závodu svými příspěvky na facebooku (*Husky, Super ZOO, ManMat*).

Facebook se ukázal jako velmi důležitý nástroj pro propagaci našeho závodu.

### **3.1.9 Občerstvení**

Občerstvení na závodech v Dnešicích zajišťovali místní dobrovolní hasiči. Ve svém sportovním areálu mají menší stánek, který využívají k podobným účelům při konání svých hasičských soutěží. Nakoupili tedy potřebné množství jídla a pití, stanovili si vlastní ceny a získaný výtěžek si ponechali jako odměnu.



Společně jsme domluvili jen to, co se na stánku bude prodávat. Zvolili jsme polévku, klobásy, krkovice a těstovinový salát k jídlu a pivo, nealko pivo, limonády a čas k pití.

### **3.1.10 Materiální zajištění**

Stánky pro registraci, stupně vítězů, medaile i značení jsme si připravili samostatně. Pivní sety pro posezení půjčil úřad obce Dnešice. Vodu pro psy zajistili místní hasiči.

Medaile pro účastníky závodů, stejně jako medaile a poháry starosty obce Dnešice byly vyrobeny ze dřeva. Vše jsme objednali s dvouměsíčním předstihem u Jana Stryala, který se věnuje gravírování. Získali jsme od něj medaile pro celý běžecký a canicrossový seriál.

Na závod jsme potřebovali čipovou časomíru. Její zapůjčení jsme domluvili s panem Hostičkou, který osobně dorazil v den závodu i se svým pomocníkem. Díky tomu mohl každý závodník dostat čip, který si na startu připnul na kotník.

Ozvučení celých závodů zajistila firma *Live Promo*. Moderátor Libor Janíček komentoval probíhající závody, pouštěl motivující hudbu a takto nás provázel v průběhu celého seriálu.

### **3.1.11 Příprava závodních tras**

Trasy jsem naplánovala s půl ročním předstihem. Pravidelně jsem je chodila kontrolovat, zda se na nich nevyskytla nějaká překážka. Týden před závodem jsme spolu s přáteli vyčistili trať od větví a šišek. Zjistili jsme při tom, že někdo lesní cestu v úseku dlouhém 150 m zasypal cihlami, taškami a sutí (Viz Příloha 21). V celém rozsahu už jsme úsek nedokázali vyčistit, pro bezpečný běh běžců a psů jsme uvolnili alespoň jednu kolej.

Pro zajištění bezpečí jsme museli také vyrobit lávku přes lesní příkop (Viz Příloha 22). Tuto zakázku pro nás realizoval Michal Fiala a my jsme tak předešli riziku, že si některý závodník zvrtné neopatrným doskokem kotník.

## 3.2 Realizace závodu

### 3.2.1 Budování zázemí

Plánek zázemí (Viz Příloha 23) byl zveřejněn na internetových stránkách týden před závodem. V předvečer závodu jsme postavili velký stan pro registraci závodníků a dojednaná firma dovezla na místo stanoviště sociální zařízení *ToiToi*. Vše ostatní jsme na místě připravovali až v den závodu.

Pomocí *Leskros* cedulí jsme označili příjezdové cesty od Přeštic a od Plzně. Na startu jsme nafoukli běžeckou bránu. V cílové rovině jsme vytvořili závěrečný koridor a v prostorách cíle jsme postavili stánek s občerstvením. Závodníci, kteří doběhli, si zde mohli zdarma vzít nepečené dobroty, ovoce, sušenky a pití. Nechyběl zde ani mls bar pro psí závodníky. Do místa startu i cíle jsme umístili kádě s vodou pro osvěžení psů. Po celém areálu byly vyvěšeny bannery od sponzorů a postaveny pивní sety pro sezení.

V hlavním stanu byly pro všechny registrované závodníky připraveny startovní balíčky. Ty jsme zkompletovali o den dříve. Stánek *Běžecké vesnice* umožňoval návštěvníkům zakoupit si oblečení, obuv nebo canicrossové vybavení. Boty se zde daly i půjčit. Tento stánek byl také místem, kde si závodníci mohli vyzvednout *Leskros merch* (tričko a čelenku) (Viz Příloha 24)

Přípravná fáze musela být dokončena v 8 hodin ráno před startem. Díky spolupráci všech zúčastněných se to podařilo.

### 3.2.2 Značení tratě a kontrola

Značení tratě proběhlo den před závodem. Ve třech lidech jsme ji značili šest hodin. Pro závodníky jsme připravili čtyři závodní trasy (Viz Příloha 28). Pro značení tras jsme použili mlíka, barevné šipky (Viz Příloha 25) a vykřičníky upozorňující na nebezpečí v podobě kořenů či bláta (Viz Příloha 26). Žluté šipky navigovaly závodníky po trase dlouhé 3 km, modré šipky byly určeny pro trasu dlouhou 9 km, červené šipky značily trasy 5,5 km a 4,7 km dlouhé. Na nepřehledných úsecích jsme pro jistotu na trať postavili pomocníky.

Kontrola značení všech tras proběhla ještě v den závodu.

### 3.2.3 Meeting s organizačním týmem

Organizační tým se scházeli v průběhu příprav a stavby zázemí v den závodu. Každý člen organizačního týmu měl přidělené své místo i úkol. Ten, kdo zůstal v zázemí, měl na sobě červené organizační tričko s nápisem „organizátor“, ten, kdo byl vyslán jako pomocník na tratu, dostal tričko žluté, aby byl v lese dostatečně vidět. Rozvoz „žlutých“ pomocníků jsme zajišťovali traktorem (Viz Příloha 28)

Členové organizačního týmu a jejich úkoly:

- Vedení Rozběháme Česko (ředitel a předsedkyně) dohlíželo osobně na hladký průběh akce a koordinovalo plnění úkolů. Jejich důležitým praktickým úkolem byla pomoc při startu canicrossařů.
- Já sama jsem objížděla a hlídala trasu, rozmisťovala na trase pomocníky, předávala výsledky a ceny závodníkům.
- Čtyři členky organizačního týmu zajišťovaly vše potřebné ve stánku s registracemi.
- Jeden člen pracoval ve stánku Běžecké vesnice.
- Jedna členka obsluhovala v občerstvovacím stánku v cíli, další dvě zajišťovaly občerstvovací zastávku na trase.
- Dvě členky předávaly medaile všem, kdo doběhl, tzv. účastnické medaile.

- Čtyři členové organizačního týmu pomáhali s organizací dětských závodů.
- Dva členové navigovali na parkovištích a jeden ze členů jezdil traktorem a doplňoval občerstvovací zastávky na trase.
- Celkem 8 členů organizačního týmu bylo zapotřebí pro zajištění podpory závodníků přímo na tratích.

### 3.2.4 Registrace

Registrace závodníků začínaly od 8 hodin. Čas mezi 8. a 9. hodinou byl určený především pro registraci canicrossařů. Od 11. do 12. hodin se registrovali běžci. Do 11 hodin byla registrace otevřená pro děti.

Většina závodníků se na závod registrovala předem a v uvedeném čase se přišla do registračního stanu pouze „odprezentovat“, tj. vyzvednout si startovní tašku, která obsahovala startovní číslo (Viz Příloha 27), čip, špendlíčky, letáčky, sušenku a psí pamlsky. Pokud se chtěl registrovat až na místě, bylo to možné, zaplatil však vyšší registrační poplatek.

Pro přehlednost byly ve velkém registračním stanu vytvořeny pro závodníky čtyři fronty:

- registrace se na místě;
- děti a scooter;
- příjmení A–M;
- příjmení N–Z.

Každý závodník si mohl u registračního stanu prohlédnout tabuli, která obsahovala všechny potřebné informace pro organizaci závodu. K dispozici zde byly např. mapy jednotlivých tras a startovní či výsledkové listiny. Startovní listiny zde byly vyvěšeny vždy cca půl hodiny před startem jednotlivých kategorií.

### 3.2.5 Časový harmonogram

- 8:00 – 9:00 Registrace canicross a scooter
- 11:00 – 12:00 Registrace běh
- Do 11:00 Registrace děti
- 10:00 Start scooter, canicross intervalově mid, sprint, junioři, „Zkus...“
- 12:00 Start děti, následně vyhlášení
- 13:00 Start běh hromadně mid, sprint, junioři, „Zkus...“
- 13:05 Vyhlášení scooter, canicross
- 15:00 Vyhlášení běh

### 3.2.6 Zahájení závodu

Leskros v Dnešicích byl oficiálně zahájen dle stanoveného plánu 30. 3. 2019 v 8 hodin ráno slavnostním proslovem ředitele *Rozběháme Česko z. ú.* Závodníkům se dostalo uvítání a byly jim představeny základní organizační pokyny důležité pro jejich účast v závodě.

### 3.2.7 Průběh závodu

První kategorií na startu byli závodníci na koloběžce s jedním psem (*scooter*) (Viz Příloha 29) Organizátoři je řadili podle startovní listiny ve startovním koridoru. Závodníci byli na trať vypouštěni po 30 sekundách. Startér vyslal každého z nich na závod startovním odpočtem: „Čtyři, tři, dva, jedna, GO!“

Poté, co na trať vyjela poslední koloběžka, vyrazila jsem zkontrolovat a poupravit značení trasy pro další kategorii.

Na řadu přišli canicrossaři (Viz Příloha 30). Nejdříve vyběhli midaři, poté sprinteři a nakonec junioři a účastníci kategorie *Zkus si svůj první závod.* Startovalo se intervalově po 15 sekundách.

Protože bylo teplé počasí, bylo nutné několikrát na startu i v cíli doplňovat vodu do kádí pro ochlazování psů. (Viz Příloha 31)

Po doběhu posledního canicrossaře se začaly zpracovávat výsledky a připravovat dětské závody. Trasa pro děti byla naplánována v prostorách cíle. Před dětmi jel na koloběžce předjezdec, který kopíroval jejich trasu a zajišťoval tak bezpečnou orientaci dětských závodníků. Po doběhu každé kategorie proběhlo vyhlášení výsledků s předáním cen (Viz Příloha 32)

Na startu se zatím připravovali a společně rozcvičovali závodníci v kategorii běžci. Startovali hromadně (Viz Příloha 33). Poté, co se běžci vydali na trať, proběhlo vyhlášení výsledků scootristů a canicrossařů (Viz Příloha 34) Vyhlášení vítězů v kategorii běžců proběhlo ihned po doběhu posledního běžeckého závodníka.

Každý závodník, který doběhl do cíle, odevzdal čip a získal účastnickou medaili (Viz Příloha 35). Poté pokračoval do zázemí ke stánku s občerstvením, ke stánku *Běžecké vesnice* či jen tak si odpočinout (Viz Příloha 36-38).

### **3.2.8 Vyhlášení výsledků**

Vyhlášení výsledků proběhlo v plánovaném časovém harmonogramu. V každé kategorii byla vyhlášena první tři místa. Nejrychlejší závodníci v kategoriích *scooter*, *canicross* či běžců dostali medaile za umístění a tašku plnou cen (Viz Kapitola 3.1.7.). Své ceny získaly i vítězové v dětských závodech. Úspěch vítězů bylo nutné zdokumentovat, a tak nechybělo ani fotografování.

Výsledková listina čítá neuvěřitelný 75 oceněných (Viz Příloha 40). Celkově se závodu účastnilo 371 závodníků. Řada diváků se přišla jen podívat, přilákal je *canicross*, lákavá sportovní novinka.

### **3.2.9 Uklízení areálu, tras**

Závod skončil okolo čtvrté hodiny odpoledne a pro organizační tým nastala fáze úklidu. Bylo nutné zrušit stánky, vylít zbývající vodu z kádí, poskládat bannery a vše odvézt. Pět organizátorů se vydalo na trať, aby sundali všechny šipky a fáborky. Celý prostor bylo nutné zkontrolovat, aby zde nezůstaly odpadky. V pytlích jsme je pak připravili na jednom místě, odkud je další den odvezli svozové a úklidové služby obce Dnešice..

## 4 Hodnocení závodu

Pro vyhodnocení závodu bylo nutné získat zpětnou vazbu od samotných závodníků a zároveň zhodnotit jeho realizaci s organizačním týmem. Výstupy vnímám jako důležité pro plánování dalších podobných aktivit včetně vyvarování se chyb a nepříjemností, se kterými jsme se setkali.

### 4.1 Zpětná reakce závodníků

Reakci závodníků na organizaci a konání samotného závodu jsme získávali přímo z rozhovorů s nimi v den konání závodu, případně z příspěvků, které se objevovaly na sociálních sítích těsně po jeho konání.

Závodníkům se celý závod líbil. Chválili si především zázemí závodu. Trasa splnila jejich očekávání, oceňovali především běh na lesních cestách. Vydařilo se i počasí, celý den svítilo slunce. Někteří závodníci sdíleli své překvapení a nadšení ze svých vlastních výsledků.

Pro ukázkou je v Příloze 39 vložen příspěvek, hodnocení závodu tak, jak ho na svém facebookovém profilu sdílela Martina Štěpánková, vítězka seriálu *Leskros* v kategorii CCW se psy 20+kg, mistrně světa v CC a SC.

### 4.2 Zpětná reakce organizačního týmu

Vyhodnocení závodu se účastnili všichni členové organizačního týmu. Shodli se, že závod vnímají jako úspěšný a vydařený.

Ze zkušenosti roku 2019 vyplývá, že zařazení kategorie scooter přineslo vyšší požadavky na kvalitu tratě, která se musela následně přeznačovat pro ostatní kategorie závodu, a také zvýšila rizika zranění závodníka či psa. Obtížné bylo i sladit časový harmonogram celého závodu, neboť rychlost pohybu závodníků na trati byla díky koloběžkám velmi rozdílná. Po zhodnocení pro a proti bylo rozhodnuto, že v roce 2020 se závod v Dnešicích bude realizovat bez této kategorie a úsilí organizačního týmu bude vynaložené spíše na zdokonalení kategorií ostatních.

Organizační tým projednal také situaci, která nastala v úvodu závodu canicrossařů. První tři závodníci si z důvodu nedostatečného označení trasy zkrátili. Organizátoři na to sice rychle zareagovali, značení na trase bylo upraveno, nicméně bylo nutné upravit výsledný čas prvních běžců tak, aby nemuseli být

diskvalifikováni a aby ani nemuseli běžet svůj závod znovu. To se naštěstí podařilo. Dotčení závodníci souhlasili s tím, že jim byl k výslednému času připočten zprůměrovaný čas jednoho kilometru. Celá záležitost nicméně byla nepříjemná a přinesla poučení, že je nutné nechat před začátkem závodu projet trasu někoho, kdo ji předtím neznal a nezačal.

Závod v Dnešicích byl druhým nejpočetnějším závodem v celém seriálu Leskros a všechny výstupy nahrávají k tomu, že závod bude realizován i v příštím roce.

### 4.3 Finální rozpočet závodu

Níže na obrázku č. 13 je tabulka s konečným celkovým rozpočtem závodu. Celkové výdaje tvořily 86 968 Kč. Příjmy získané ze startovného a od sponzorů činily 113 051 Kč. Čistý zisk závodu tedy byl 26 353 Kč.

Dnešice		
Startovné předem	86 000,00 Kč	
Startovné na místě	12 000,00 Kč	
Markéta a Honza	40 000,00 Kč	
Manažeři	10 000,00 Kč	
Video	5 000,00 Kč	
Startovní čísla	3 000,00 Kč	Sponzor Super Zoo
Pomocníci	2 100,00 Kč	
Časomíra	8 400,00 Kč	Sponzor Super Zoo
Voda, medaile, poháry	3 651,00 Kč	Sponzor obec Dnešice
Občerstvovačka	2 715,00 Kč	
Tiskoviny	680,00 Kč	
TOITOI	4 386,00 Kč	
Ozvučení	5 566,00 Kč	
Centrála a benzín	1 200,00 Kč	

Obrázek 13 Reálný rozpočet závodu

(Zdroj: Rozběháme Česko)

Finanční prostředky získané ze startovného z mini seriálu kategorie *Zkus si svůj první závod*, který se podle plánu konal pouze v Tlučné a v Dnešicích, byly předány jako dar *Centru sociálních služeb ve Stodu*. Tohoto mini seriálu se zúčastnilo 105 běžců, mezi nimiž byli i klienti tohoto centra. *Centrum sociálních služeb ve Stodu* získalo 5 250 Kč.



## Diskuze

Realizace závodu v takto velkém rozsahu klade před pořadatele velké množství úkolů, které je nutné naplánovat a zajistit. Když jsem se rozhodla závod organizovat, netušila jsem, co vše to obnáší. Je nutné stanovit si cíle, kterých chceme dosáhnout. Mít jasný plán a držet se ho. Organizátor nesmí zapomenout na vyhodnocení rizikových částí projektu a mít připravené varianty pro případ komplikací. Díky tomu, že jsem měla možnost spolupracovat se zkušenými organizátory podobných akcí z neziskové organizace *Rozběháme Česko z. ú.*, nemusela jsem žádné potíže řešit. Vše jsem plánovala s dostatečným předstihem, a tak jsem mohla celkem rychle na nepředvídatelné okolnosti reagovat. Mluvím například o situaci zamítnutého povolení, problém se sutinou na trati apod. Avšak právě vzniklá rizika jsou ta, která nás posouvají dál a umožňují nám být lepší a připravenější do budoucích závodů. Během realizace tohoto projektu jsem získala mnoho zkušeností a poznatků, které jsou velmi drahocenné.

Závod samotný bych hodnotila jako úspěšný. Veškeré základní hodnotící parametry projektu, kterými jsou: čas, náklady a kvalita, zde byly naplněny. Věřím, že se podařilo vytvořit závod, který si získal mnoho věrných příznivců, jak ze strany běžců či canicrossařů, tak i diváku. Proto bylo dohodnuto ve spolupráci s *Rozběháme Česko*, že tento závod se uskuteční znova v následujícím roce a čistý výtěžek závodu bude použit jako vstupní kapitál.

## Závěr

Závod s názvem Leskross Dnešice se uskutečnil 30.03.2019. Na jeho financování se podílelo nemalé množství sponzorů včetně Obce Dnešice, které se podařilo zajistit ve spolupráci s organizací *Rozběháme Česko z. ú.* Závod byl rozdělen na dvě hlavní části: canicross / běh. Každá část obsahovala několik kategorií, kde canicrossaři byli rozděleni podle váhy psa, a běžci podle věku a pohlaví.

Na výběr bylo ze dvou délek tras, jejichž povolení bylo úspěšně vyřízeno s majiteli pozemků. Po sečtení všech přihlášených, tento závod čítal 371 závodníků. Celkový projekt dosáhl kladného zisku 113 051Kč, jehož část 5 250Kč, byla věnována Centru sociálních služeb ve Stodu.

Vzhledem k pozitivnímu hodnocení všech zúčastněných stran, byla domluvena, s organizací *Rozběháme Česko*, záštita a spolupráce pro zorganizování druhého ročníku tohoto závodu. Zbylý zisk byl tak ponechán a bude použit jako vstupní kapitál v následujícím roce.

## Shrnutí / Summary

Tématem této bakalářské práce je příprava a realizace běžeckého a canicrossového závodu *Leskros Dnešice*. Práce se skládá z teoretické a praktické části. Teoretická část se zabývá samotným projektovým managementem, marketingem ale také popisuje *canicross* jako novou sportovní disciplínu. Praktická část popisuje přípravu a realizaci samotného závodu, který se uskutečnil 30. 3. 2019 v Dnešicích v areálu hasičů na Kozlici. Závodu se zúčastnilo 371 závodníků z celé České Republiky.

The topic of this Bachelor thesis is a preparation and implementation of the running and canicross race called *Leskros Dnešice*. This work consists of theoretical and practical part. The theoretical part deals with the project management, marketing but also describe what is *the canicross* itself. The practical part describes the preparation, realization and evaluation of the race. The race took place on 30. 3. 2019 in the village Dnešice in area of Kozlice and was attended by 371 competitors from all Czech Republic.

## Seznam literatury

### LITERATURA:

1. SKALICKÝ, Jiří, Milan JERMÁŘ a Jaroslav SVOBODA. *Projektový management a potřebné kompetence*. V Plzni: Západočeská univerzita, 2010. ISBN 978-80-7043-975-3.
2. ČÁSLAVOVÁ, Eva. *Management v tělesné výchově a sportu: (vybrané kapitoly) ; Eva Čáslavová*. 2. vyd. Praha: Karolinum, 2000. ISBN 80-246-0050-1.
3. NOVÁ, Jana, Jiří NOVOTNÝ, Oldřich RACEK, Jaroslav REKTOŘÍK, Aleš SEKOT, Milena STRACHOVÁ a Hana VÁLKOVÁ. *Management, marketing a ekonomika sportu*. Brno: Masarykova univerzita, Fakulta sportovních studií, 2016. ISBN 978-80-210-8346-2.
4. TVRZNÍK, Aleš a David GERYCH. *Velká kniha běhání*. Praha: Grada, 2014. Sport extra. ISBN 978-80-247-4872-6.
5. SALAČOVÁ, Kateřina a Kamila ŠROLEROVÁ. *Sportuj se psem!: canicross - běh pro radost*. Brno: CPress, 2018. ISBN 978-80-264-1858-0.
6. CIPRO, Šimon. *Běhej se psem: kompletní průvodce světem společného běhání se psy*. Praha: Plot, 2017. ISBN 978-80-7428-313-0.
7. SYNEK, Miloslav, Pavel MIKAN a Hana VÁVROVÁ. *Jak napsat bakalářské, diplomové, doktorské a jiné písemné práce*. Vyd. 3., přeprac. Praha. Oeconomica, 2011. ISB 978-80-245-1819-0

## INTERNETOVÉ ZDROJE:

8. EVERESTA, *Analýza rizik a příležitostí (SWOT analýza) [online]*. [ci. 12. 4. 2020]. Dostupné z WWW: <http://elearning.everesta.cz/mod/book/view.php?id=161&chapterid=145>
9. KREJČÍ, J., *Historie vývoje mushingu v ČR [online]*. [cit. 18. 3. 2020]. Dostupné z WWW: <https://mushing.cz/clanek/historie-vyvoje-mushingu-v-cr/158>
10. ŠKODA, V. a SEIDL, L., *Soutěžní řád pro závody psích spřežení – I. Část [online]*. [cit. 18. 3. 2020]. Dostupné z WWW: <http://www.mushing.cz/clanek/soutezni-rad-pro-zavody-psich-sprezeni-i-cast/340#top>
11. LASBLEIZ, Y., *Historique du canicross en France [online]*. [cit. 19. 3. 2020]. Dostupné z WWW: <http://www.pca-services.biz/Downloads/HistoriqueCanicross.pdf>
12. BURDA, F., *Počátky canicrossu u nás [online]*. [cit. 19. 3. 2020]. Dostupné z WWW: <https://bering.estranky.cz/clanky/o-canicrossu/pocatky-canicrossu-u-nas.html>
13. ALEXANDRA., *9 Things You Need to Know About The Alaskan Husky [online]*. [cit. 23. 3. 2020]. Dostupné z WWW: <https://animalso.com/breeds/alaskan-husky/>
14. BĚHEJ SE PSEM, *Pravidla a propozice Votvíráku 2020 [online]*. [cit. 3. 4. 2020]. Dostupné z WWW: <https://www.behejsepsem.cz/pravidla-a-propozice-votviraku-2020/>
15. ROZBĚHÁME ČSKO, *Pravidla [online]*. [cit. 3. 4. 2020]. Dostupné z WWW: <http://www.leskros.cz/serialy-zavodu/pravidla/>
16. WIKIPEDIE, *Běh [online]*. [cit. 20. 4. 2020]. Dostupné z WWW: <https://cs.wikipedia.org/wiki/B%C4%9Bh>
17. BĚŽECKÁ VESNICE, *[online]*. [cit. 20. 4. 2020]. Dostupné z WWW: <http://www.bezeckavesnice.cz/>

## Seznam obrázků

Obrázek 1 Trojimperativ .....	9
Obrázek 2 SWOT analýza .....	13
Obrázek 3 Opasek Non-stop .....	24
Obrázek 4 Šňůra Manmat .....	25
Obrázek 5 Postroj Dragrattan X .....	26
Obrázek 6 Postroj Dragrattan R .....	26
Obrázek 7 Postroj Dragrattan Multi-sport .....	27
Obrázek 8 Protahování hrudní končetiny dopředu .....	33
Obrázek 9 Protahování pánevní končetiny dozadu .....	33
Obrázek 10 Protahování krčních svalů .....	34
Obrázek 11 Protahování břišních svalů .....	34
Obrázek 12 SWOT analýza závodu .....	37
Obrázek 13 Reálný rozpočet závodu .....	52

## Seznam příloh

Příloha 1: Psí spřežení .....	I
Příloha 2: Canicross .....	I
Příloha 3: Skijöring .....	II
Příloha 4: Scooter.....	II
Příloha 5: Bikejöring .....	III
Příloha 6: Severští psi (aljašský malamut, sibiřský husky, samojed) .....	III
Příloha 7: Alaskan – Husky .....	V
Příloha 8: ESP.....	V
Příloha 9: Botičky Dragrattan univerzální .....	VI
Příloha 10: Botičky Dragrattan odolné.....	VI
Příloha 11: Předběžný rozpočet závodu Dnešice .....	VII
Příloha 12: Časový plán .....	VIII
Příloha 13: Žádost o dar na organizaci závodu .....	IX
Příloha 14: Žádost o udělení osobní záštity .....	X
Příloha 15: Žádost o povolení tras.....	XI
Příloha 16: Závodní trasy: MID, SPRINT, Junioři/Zkus si svůj 1. závod, SCOOTERXIII	
Příloha 17: Odpověď na povolení – Dnešice .....	XV
Příloha 18: Souhlas Vojenských lesů ČR .....	XVI
Příloha 19: Plakát Dnešic .....	XVII
Příloha 20: Pozvánka v Přeštickém zpravodaji.....	XVIII
Příloha 21: Zasypaná lesní cesta .....	XIX
Příloha 22: Lávka přes cestu.....	XIX
Příloha 23: Plánek zázemí .....	XX
Příloha 24: Leskrosí merch .....	XX
Příloha 25: Šipky .....	XXI
Příloha 26: Vykřičníky .....	XXII
Příloha 27: Startovní čísla .....	XXII
Příloha 28: Traktor a pomocníci.....	XXIII
Příloha 29: Scooter.....	XXIII
Příloha 30: Canicross .....	XXIV
Příloha 31: Ochlazení psů .....	XXIV
Příloha 32: Dětská kategorie .....	XXV
Příloha 33: Běh.....	XXV

Příloha 34: Vyhlášení canicross .....	XXVI
Příloha 35: Účastnické medaile .....	XXVI
Příloha 36: Občerstvovačka .....	XXVII
Příloha 37: Běžecká vesnice .....	XXVII
Příloha 38: Hasičský stánek s občerstvením .....	XXVIII
Příloha 39: Zpětná reakce závodníků .....	XXIX
Příloha 40: Výsledková listina.....	XXX



## Příloha 1: Psí spřežení



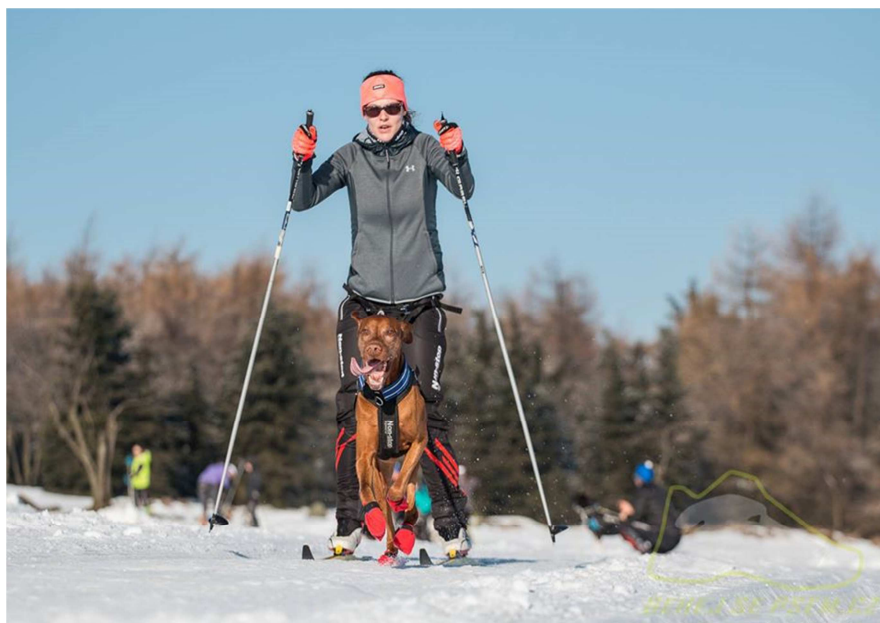
(Zdroj: [https://decinsky.denik.cz/galerie/dc\\_psi\\_sneznik.html?photo=9](https://decinsky.denik.cz/galerie/dc_psi_sneznik.html?photo=9) )

## Příloha 2: Canicross



(Zdroj: [www.behejsepsem.cz](http://www.behejsepsem.cz))

### Příloha 3: Skijöring



(Zdroj: [www.behejsepsem.cz](http://www.behejsepsem.cz))

### Příloha 4: Scooter



(Zdroj: [www.behejsepsem.cz](http://www.behejsepsem.cz))

## Příloha 5: Bikejöring



(Zdroj: [www.behejsepssem.cz](http://www.behejsepssem.cz))

## Příloha 6: Severští psi (aljašský malamut, sibiřský husky, samojed)



(Zdroj: <https://cz.point.pet/aljassky-malamut-profil-plemene-psa/> )





(Zdroj: <https://hradec.rozhlas.cz/sibirsky-husky-je-nerozbitne-zvire-s-nimi-je-porad-muj-zivot-v-pohybu-a-je-7729242> )



(Zdroj: <https://www.mujchlupac.cz/chlupaci/samojed-je-partak-do-nepohody-s-hunatym-kozichem/2699> )

## Příloha 7: Alaskan – Husky



(Zdroj: [www.facebook.com/JohnyAlaskan/](https://www.facebook.com/JohnyAlaskan/))

## Příloha 8: ESP



(Zdroj: Michaela Svobodová)

## Příloha 9: Botičky Dragrattan univerzální



*(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))*

## Příloha 10: Botičky Dragrattan odolné



*(Zdroj: [www.bezeckavesnice.cz](http://www.bezeckavesnice.cz))*



## Příloha 11: Předběžný rozpočet závodu Dnešice

Položka	Počet kusů	cena za kus	cena celkem	financuje
Voda pro závodníky	350,00	4 Kč	1400,00 Kč	
Ozvučení a moderátor	1	5500 Kč	5500 Kč	
Občerstvení pro závodníky po doběhu – ovoce, sušenky	1	1000 Kč	1000 Kč	
Medaile dřevěné	350	7,00 Kč	2450 Kč	
Medaile pro umístění	60	7,00 Kč	420 Kč	
Poháry „o pohár starosty obce Dnešice“	12	60 Kč	720 Kč	
Časomíra	1	7000 Kč	7000,00 Kč	Super ZOO
Startovní čísla	350,00	6 Kč	2100,00 Kč	Super ZOO
LDPE ohraničující páska 75 mm x 500 m, 2-barevný potisk 2000m Leskros/Husky	1		7 000 Kč	Husky
Stuhy na Medaile s Logy Partnerů Super Zoo/ Husky/ManMat (na celý seriál)	350,0	10,00 Kč	3500,00 Kč	Husky
Tiskoviny	1		3 000,00 Kč	Rozběháme Česko
Propagace sociální sítě	1,00	2 000,00 Kč	2 000,00 Kč	Rozběháme Česko
Distribuce reklamních materiálů - roznos letáků, výlep plakátů	1,00	3 000,00 Kč	3 000,00 Kč	Rozběháme Česko
Produkční materiál - lepenky, nože, stoly, připínáčky	1,00	5 000,00 Kč	5 000,00 Kč	Rozběháme Česko
Reklamní materiál - 2x Muší křídlo, 2x baner, upomínkové předměty	1,00	4 000,00 Kč	4 000,00 Kč	Rozběháme Česko
Tým	7	500	3500 Kč	Rozběháme Česko
Ostatní - pohonné hmoty, doprava	1,00	1000	1 000,00 Kč	Rozběháme Česko
Postprodukce - video, fotograf	1	4000	4000 Kč	Rozběháme Česko
ToiToi	2		5 000,00 Kč	Rozběháme Česko

(Zdroj: Rozběháme Česko z. ú.)


## Příloha 12: Časový plán

Měsíc	2	3	4	5	6	7	8	9	10	11	12	1	2	3	4	5	6
Vyhlednutí lokality	■																
Prohlídka tratí	■																
Podání návrhu RČ		■															
Návrh starostovi obce		■															
Domluvit datum závodu			■														
Podat žádost obci (PřF)																	
Areál hasičů (střelnice)											■						
Lesy ČR										■							
Veterinář										■							
Čipová časomíra											■						
Propagace											■						
Pořadatelé, dobrovolníci												■					
Audiotecnika											■						
Občersvení													■				
Startovní č. meadlie, ceny											■						
Příprava areálu													■				
Příprava tras													■				
Charita												■					
Úklid areálu																	■
Odstranění škod																	■

(Zdroj: vlastní zdroj)



## Příloha 13: Žádost o dar na organizaci závodu



**rozběháme  
česko.cz**

Rozběháme Česko, ú.  
K Hájceku 495, 33026, Tlučná  
tel.: 60 75 43 18 7  
iČ: 05767860

---

V Plzni dne 22. 1. 2019

### Žádost o dar na organizaci závodu LESKROS Dnešice

Žádáme tímto radu obce Dnešice o dar na organizaci závodu LESKROS Dnešice, který se uskuteční dne 30.3. 2019.

Rozběháme Česko z. ú. je nezisková organizace, jejíž hlavní filosofií a cílem je rozběhat co nejvíce lidí a zároveň je i vadlávat vo oblastech jako je zdravé běhání a zdravý životní styl. Ukazujeme veřejnosti cestu k pohybu, pořádáme charitativní běhy ve městech po celé republice na pomoc těm, kteří to potřebují. Mimo každodenní činnost, pořádáme i závody a to jak vlastní, tak i pro větší firmy či organizace (například Decathlon Run v Plzni) a nové také zážitkové běhy - partybeh.cz

V loňském roce se konaly tyto závody samostatně: Lesní kros i Canicross v Tlučně, Ještědská tisícovka na Ještědu, Kros a Canicross Nebílovskými sady. V letošním roce jsme se rozhodli tyto závody dát do seriálu snázev Leskros, a přidat závod ve Dnešicích. Rádi bychom uspořádali 1. ročník závodu ve Dnešicích a následně každý rok závod zorganizovali.

Hlavní závodem bude 9 km trasa MID běh i canicross „O pohár starosty obce Dnešice“ s pořádkem jako Hlavní cenou. Dále proběhne závod na 5 km v kategorii běh a canicross (běh se psem), závod na 3 km pro Juniory a „zkus si svůj první závod“. Nebudou chybět ani dětské závody za účelem rozběhat i ty nejmladší generace a ožít co nejvíce dění v obci i pro rodiny. V kategoriích 3-4 roky, 5-6 let, 7-10 let a 11-14 – 1500 m.

Pro měření závodu bychom vzhledem k očekávané vysoké účasti rádi použili časomíru, ozvučení a zajistili pro každého účastníka pamětní medaili a občerstvení, to je hlavním důvodem naší žádosti o dar. V případě kladného vyřízení žádosti, je číslo transparentního účtu Rozběháme Česko z. ú. 115 3920980287/0100.

Budeme velice rádi, rozhodnete li se přispět.

Za Rozběháme Česko srdečně zdraví,  
Jan Bielik, ředitel

---

www.rozbeha.mecsko.cz

(Zdroj: Vlastní zdroj)


## Příloha 14: Žádost o udělení osobní záštity

**ŽÁDOST O UDĚLENÍ OSOBNÍ ZÁŠTITY**  
Starosty obce Dnešice

(Žádost o záštitu není žádostí o finanční podporu.)

ŽADATEL	
přesný název organizace/ jméno a příjmení u příspěvkových organizací název zřizovatele	Rozběháme Česko z.ú.
přesná adresa žadatele	K Háječku 495, 33026, Tlučná
IČO/datum narození	05757860
jméno oprávněné osoby, jednající za žadatele	Jan Bielik
telefon, e-mail	johny@rozbehamecesko.cz, 607543187
jméno kontaktní osoby (je-li jiná než oprávněná osoba)	Markéta Myslivcová
telefon, e-mail	marketa@rozbehamecesko.cz, 608583445
blížejší popis žadatele	Rozběháme Česko z.ú. je nezisková organizace, jejíž hlavní filosofií a cílem je rozběhat a vzdělat co nejvíce lidí v oblasti běhání. Vytváříme komunity po celé republice, spojujeme sportovní nadšence, ukazujeme veřejnosti cestu k pohybu, pořádáme závody, charitativní běhy, firemní tréninky či soustředění. Pořádáme škálu běžeckých závodů a akcí během celého roku a to jak vlastní, tak i pro větší firmy či organizace.
AKCE	
název akce	Leskros Dnešice
termín konání akce	30.3.2019
místo konání akce	Sportovní areál hasičů
podrobnější informace o akci	1. ročník ojedineleho závodu, který patří do seriálu závodů Leskros. Lidé mohou závodit v kategoriích: běh, běh se psem (canicross), koloběžka se psem (scootering), dětské závody. Závod pro celou rodinu i žkus si svůj první závod.
DALŠÍ	
Chtěli byste účast osloveného člena rady na akci (ano/ne)? Pokud ano, doplňte PŘESNÝ ČAS a DATUM.	Ano, s potěšením bychom přivítali starostu či jakéhokoli člena rady pro odstartování závodu, které se bude dle harmonogramu konat ve 12:00 na Sportovním areále hasičů
Pokud žádáte/budete žádat finanční podporu, uveďte v JAKÉ VÝŠI?	
přílohy	V příloze naleznete leták akce, popis akce, leták, mapky tras

V PLZNI DNE 22.1.2019

Jan Bielik 

jméno a podpis osoby oprávněné jednat za žadatele

(Zdroj: Vlastní zdroj)

## Příloha 15: Žádost o povolení tras



Rozběháme Česko z.ú.,  
K Háječku 495, 33026, Tlučná  
tel.: 607543187  
IČ 05767860

Dobrý den,

Vážený pane starosto, vážená Rado obce, Rozběháme Česko z.ú. Vám oznamuje pořádání běžecko – canicrossového závodu ve Dnešicích, který se uskuteční 30.3.2019 na Sportovním areále hasičů. Chtěla bych Vás tímto požádat o povolení trasy závodu Leskros Dnešice, který bude procházet v lesích okolí Dnešic, Přeštic, Chlumčan.

Stav pozemku vrátíme do původního stavu, budeme se snažit udělat co nejmenší známky, že zde akce proběhla, a případnou škodu jsme schopni uhradit.

Rozběháme Česko z.ú. je nezisková organizace, jejíž hlavní filosofií a cílem je rozběhat a vzdělat co nejvíce lidí v oblasti běhání. Vytváříme komunity po celé republice, spojujeme sportovní nadšence, ukazujeme veřejnosti cestu k pohybu, pořádáme závody, charitativní běhy, firemní tréninky či soustředění. Pořádáme škálu běžeckých závodů a akcí během celého roku a to jak vlastní, tak i pro větší firmy či organizace.

Letos jsme se rozhodli uspořádat seriál závodů s názvem Leskros. Tento seriál se skládá ze závodů: v Tlučné, ve Dnešicích, na Ještědu, v Nebílovských Sadech. Pro závod budeme mít připravené trasy pro děti, juniory, začínající běžce, běžce i běžce se psem (canicross) i ostřílené sportovce. Na výběr bude trasa 3km, 5km či 9km.

Pokud budete mít nějaké otázky ohledně konané akce, tak mě neváhejte kontaktovat.

Předpokládaný počet účastníků závodu je 300 + 50 psů.

Děkuji Vám za vaše kladné vyřízení žádosti, přeji hezký den.  
V příloze posílám mapu zázemí s vysvětlivkami, mapy tras a seznam katastrálních území s číslem parcely.  
Viz níže.

Vyřizuje:  
Za Rozběháme Česko  
Barbora Kreidlová  
Na základě plné moci  
775199626  
[bkreidlova@gmail.com](mailto:bkreidlova@gmail.com)

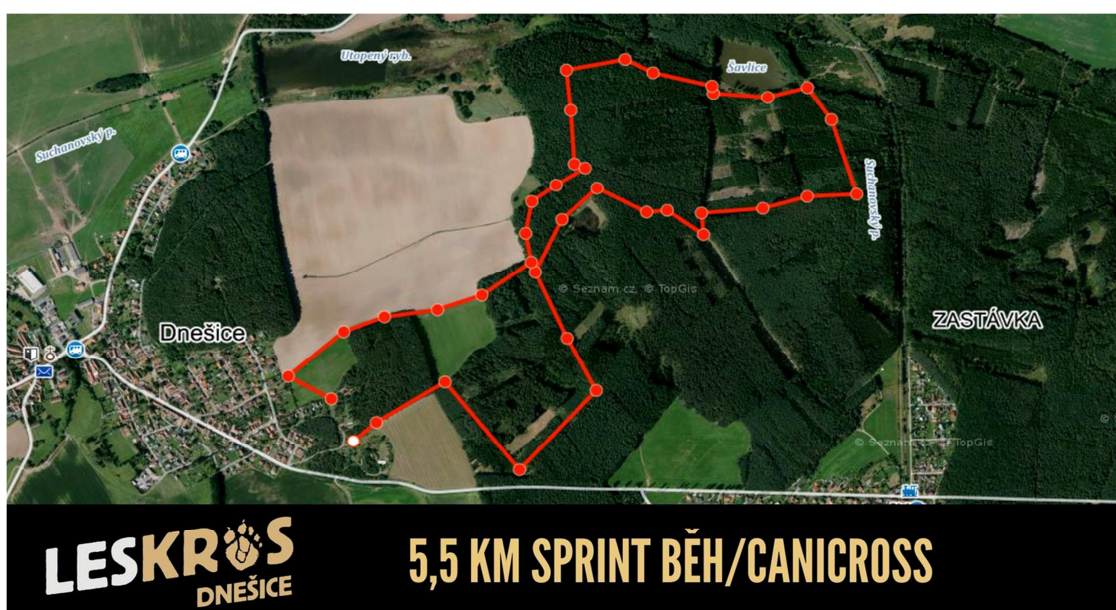
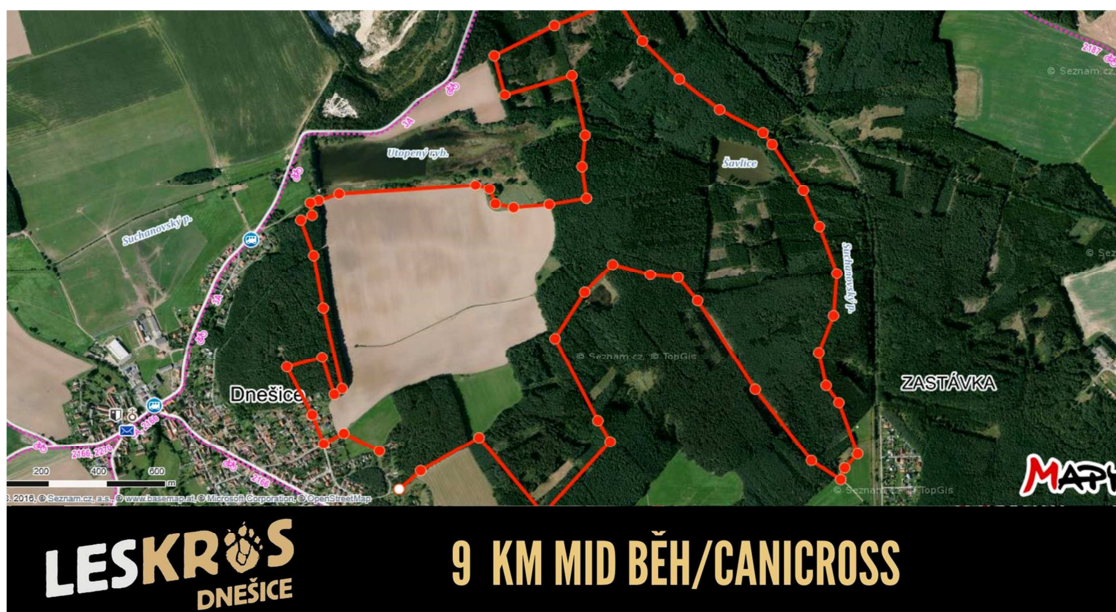
---

Obec: Dnešice  
Katastrální území: Dnešice  
Parcelní číslo: 897/18  
897/19  
897/1  
1102/3  
884/64  
1175  
1102/4  
884/66  
1100/1  
759/64  
759/74  
759/94  
759/1  
1096/3  
670/5  
700/21  
770/19  
770/2  
741/21  
1095/9  
1095/1  
1126/7  
1095/2  
1126/6

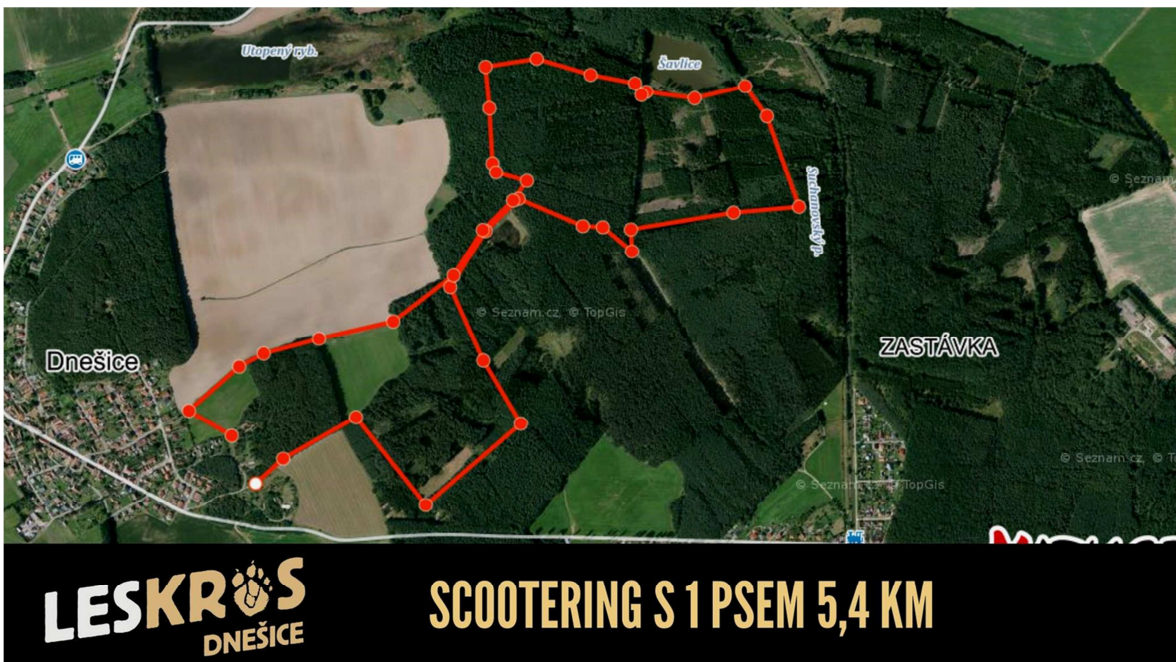
(Zdroj: Vlastní zdroj)



**Příloha 16: Závodní trasy: MID, SPRINT, Junioři/Zkus si svůj 1. závod, SCOOTER**







(Zdroj: Rozběháme Česko)

## Příloha 17: Odpověď na povolení – Dnešice

**OBEC DNEŠICE**  
Dnešice čp. 53, 334 43 Dnešice  
IČO 256544, č.účtu 4926361/0100, telefon 377988854  
[obec.dnesice@volny.cz](mailto:obec.dnesice@volny.cz) [www.dnesice.cz](http://www.dnesice.cz)

---

Slečna  
Barbora Kreidlová  
[bkreidlova@gmail.com](mailto:bkreidlova@gmail.com)

Váš dopis značky/ze dne:	Naše značka:	Vyřizuje:	Dnešice dne:
	69/19	Lipertová	20.2.2019

Dobrý den.  
Vážená paní Kreidlová,

zasílám Vám odpověď na Vaši žádost zaslou Obci Dnešice k organizaci závodu LESKROS ve Dnešicích. Dne 18.2.2019 rada obce Vaši žádost projednala s následujícím závěrem. Schválila žádost o záštitu, povolení trasy a finanční podíl na této akci. Finančně se bude podílet na těchto položkách vašeho rozpočtu:

- voda pro závodníky – 1.400,- Kč
- občerstvení pro závodníky po odběhu – 1.000,- Kč
- medaile pro umístěné – 420,- Kč
- poháry „o pohár starosty obce Dnešice“ – 720,- Kč
- zajištěním zdarma propůjčení 12 „setů“ na 30.3.2019.

Vyúčtování těchto nákladů proběhne formou předložení pokladních dokladů o koupi a jejich proplacení na OÚ Dnešice. Rada též stanovila povinnost organizátorů zabezpečit úklid po akci.

S pozdravem

Vlastimil Polák  
starosta obce



**OBEC DNEŠICE**  
334 43 Dnešice 53  
IČ: 00256544 DIČ: CZ00256544

(Zdroj: Vlastní zdroj)

## Příloha 18: Souhlas Vojenských lesů ČR



Divize Hořovice

Vaše č.j.:  
Naše č.j.: VLS-001334/2019/0100  
Sp. zn.: VLS-001334/2019/0100  
Vytvořil: Ing. Zbyněk Nejman  
Tel.: +420 954 206 726  
E-mail: zbynek.nejman@vls.cz  
Datum: 25. 2. 2019

Rozběháme Česko z. ú.  
Barbora Kreidlová  
bkreidlova@gmail.com

### Věc: Souhlas s konáním akce

Na Vaši žádost týkající se pořádání sportovní akce „Leskros Dnešice 2019“ v termínu **30. 3. 2019** v podobě uvedené ve Vaší žádosti odpovídáme následovně:

S pořádáním akce **souhlasíme** za dodržení následujících podmínek:

- budou dodrženy trasy akce uvedené ve Vaší žádosti, nedojde k pohybu osob a psů mimo tuto trasu
- požadujeme dodržení § 20 odst. 1 a, h, i, j, k, l zákona č. 289/1995 Sb., o lesích a o změně a doplnění některých zákonů (lesní zákon)
- minimálně 2 dny před začátkem akce bude kontaktován **lesní Vladimír Černý (mob. 605 206 728)** stejné osobě bude trasa akce předána nejpozději 5 dní po skončení závodu
- případné značení nebude provedeno nástřikem neodstranitelné barvy na stromy, kameny nebo vozovku
- v souvislosti s organizací a průběhem akce nedojde k znečištění lesa odpady
- žadatel předloží v návaznosti na § 20 odst. 5 zákona 289/95 Sb., o lesích oznámení na Vojenský lesní úřad (Tychonova 1, 160 00 Praha 6), k oznámení bude připojeno toto stanovisko VLS divize Hořovice
- předpoklad počtu účastníků je 300 + 50 psů
- upozorňujeme na **zákaz rozdělování otevřeného ohně v lesích dle § 20 odst. 1 písm. k) zákona č. 289/1995 Sb., o lesích v platném znění**

Přílohy: bez příloh

  
Ing. Petr Švadlenská  
ředitel divize  
Vojenské lesy a statky ČR, s.p.  
Divize Hořovice  
Svádkova 106  
262 23 Jince  
IČ: 00000205 DIČ: CZ00000205



Vojenské lesy a statky ČR, s.p., zapsán v obchodním rejstříku vedeném MS v Praze, sp. zn. ALX 256,  
IČO: 00000205, DIČ: CZ00000205, se sídlem Pod Julskou 1621/5, Dejvice, 160 00 Praha 6  
Adresa pro doručování: Vojenské lesy a statky ČR, s.p., Divize Hořovice, Svádkova 106, 262 23 Jince  
tel.: +420 954 001 911, fax: +420 954 009 999, e-mail: podatelna.horovico@vls.cz, ID DS: bj3d93z, www.vls.cz

(Zdroj: Vlastní zdroj)



## Příloha 19: Plakát Dnešic



(Zdroj: Rozběháme Česko)

# Příloha 20: Pozvánka v Přeštickém zpravodaji

## Starší i mladší dorostenci startují první mistrovské utkání 2. 3. 2019

**Kvalifikace staršího i mladšího dorostu je na vzduchu. Během ní v sobotu 2. března startují první mistrovské utkání dorostenců v rámci pohárových soutěží. Starší dorostenci startují v utkání proti TJ Sokol Dvůr Králové a mladší dorostenci v utkání proti TJ Sokol Písek.**



## Basketbalový trénink s rodiči, All star game v Praze i medaile!

Do 18. 12. 2018 jsme se s rodiči a trenérem účastnili All star game v Praze. V utkání jsme se střetli s týmem TJ Sokol Písek a vyhráli jsme 21:16. Medaile jsme získali za účast v utkání a za vítězství v utkání.

Do 20. 12. 2018 jsme se účastnili tréninku s rodiči. Trénink byl velmi zajímavý a všichni si užili. V utkání jsme se střetli s týmem TJ Sokol Písek a vyhráli jsme 21:16. Medaile jsme získali za účast v utkání a za vítězství v utkání.

Do 20. 12. 2018 jsme se účastnili tréninku s rodiči. Trénink byl velmi zajímavý a všichni si užili. V utkání jsme se střetli s týmem TJ Sokol Písek a vyhráli jsme 21:16. Medaile jsme získali za účast v utkání a za vítězství v utkání.

Do 20. 12. 2018 jsme se účastnili tréninku s rodiči. Trénink byl velmi zajímavý a všichni si užili. V utkání jsme se střetli s týmem TJ Sokol Písek a vyhráli jsme 21:16. Medaile jsme získali za účast v utkání a za vítězství v utkání.

Do 20. 12. 2018 jsme se účastnili tréninku s rodiči. Trénink byl velmi zajímavý a všichni si užili. V utkání jsme se střetli s týmem TJ Sokol Písek a vyhráli jsme 21:16. Medaile jsme získali za účast v utkání a za vítězství v utkání.

Do 20. 12. 2018 jsme se účastnili tréninku s rodiči. Trénink byl velmi zajímavý a všichni si užili. V utkání jsme se střetli s týmem TJ Sokol Písek a vyhráli jsme 21:16. Medaile jsme získali za účast v utkání a za vítězství v utkání.



## Pozvánka na běžecko-canicrossový závod ve Dnešicích

Letošní zimní běžecko-canicrossový závod se uskuteční ve Dnešicích, konkrétně v areálu TJ Sokol Dvůr Králové. Závod je určen pro všechny zájemce a bude se konat v sobotu 30. března 2019. Závodní trasa je dlouhá 5,4 km a 9 km. Závodní start je v 8:00 hodin. Více informací získáte na stránkách TJ Sokol Dvůr Králové.



Foto: Miroslav Janda



LESKRŮS 30.3.2019 DNEŠICE 100% TRAIL 5,4 KM A 9 KM. Startovní listy jsou k dispozici na stránkách TJ Sokol Dvůr Králové. Více informací získáte na stránkách TJ Sokol Dvůr Králové.

(Zdroj: Přeštické noviny)



## Příloha 21: Zasypaná lesní cesta



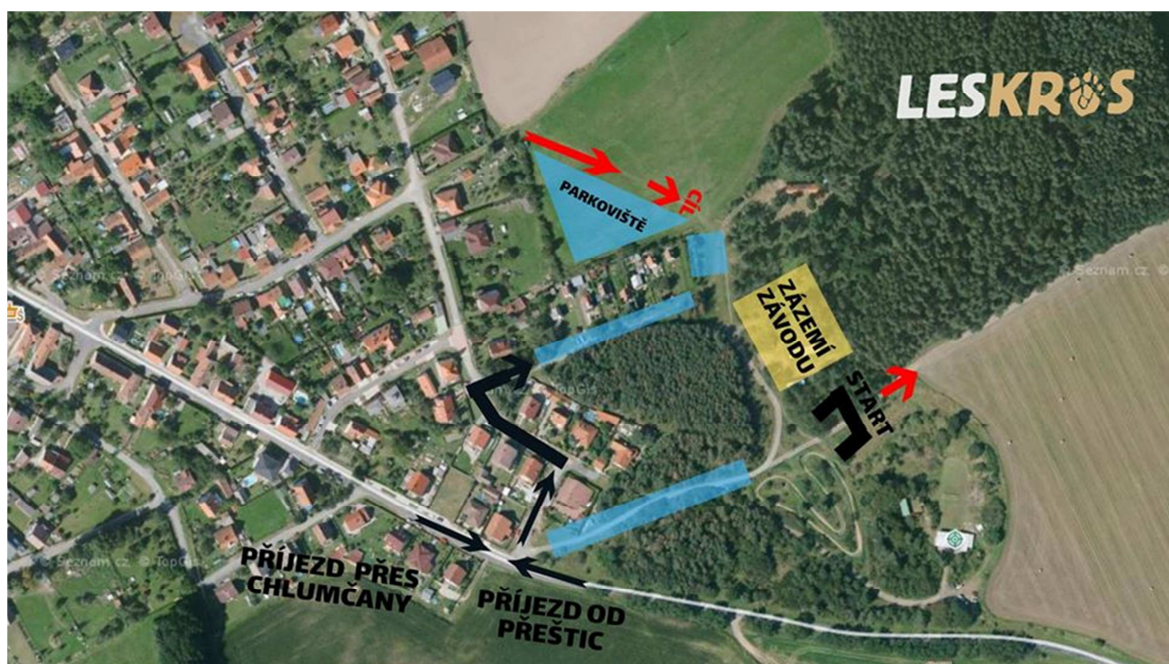
(Zdroj: Vlastní zdroj)

## Příloha 22: Lávka přes cestu



(Zdroj: Vlastní zdroj)

## Příloha 23: Plánek zázemí



(Zdroj: Rozběháme Česko)

## Příloha 24: Leskrosí merch







(Zdroj: Rozběháme Česko)

## Příloha 25: Šipky



(Zdroj: Vlastní zdroj)

## Příloha 26: Vykřičníky



(Zdroj: Vlastní zdroj)

## Příloha 27: Startovní čísla



(Zdroj: Rozběháme Česko)

## Příloha 28: Traktor a pomocníci



*(Zdroj: Rozběháme Česko)*

## Příloha 29: Scooter



*(Zdroj: Michal Míčko)*



## Příloha 30: Canicross



(Zdroj: Michal Míčko)

## Příloha 31: Ochlazení psů



(Zdroj: Michal Míčko)



## Příloha 32: Dětská kategorie



(Zdroj: Rozběháme Česko)

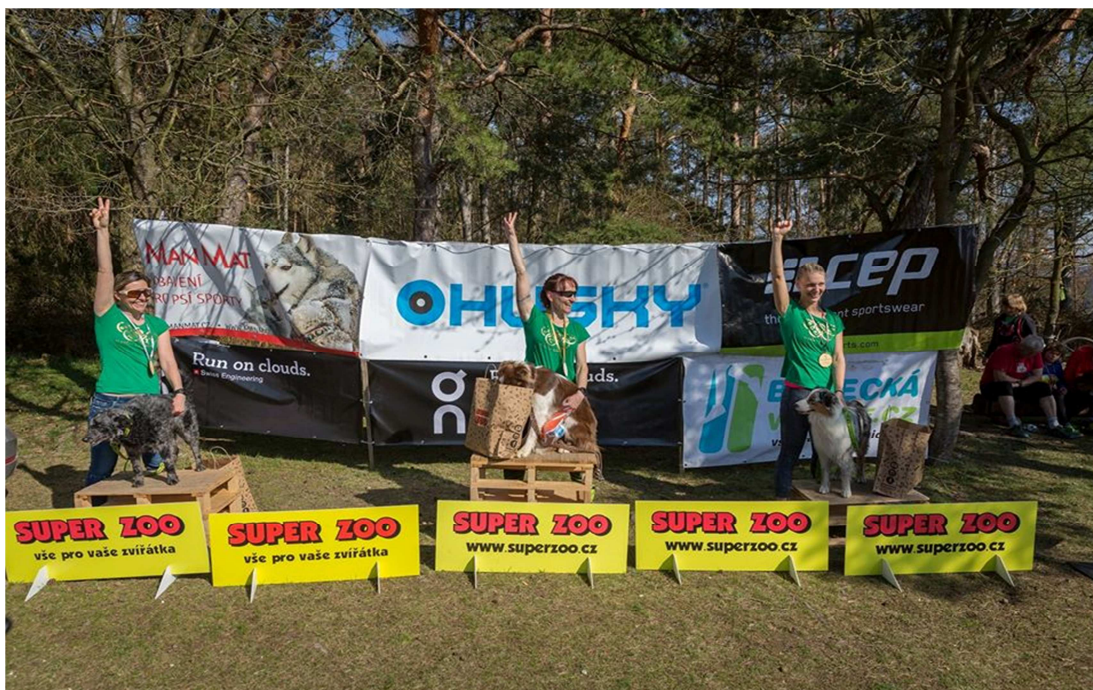
## Příloha 33: Běh



(Zdroj: Michal Míčko)



## Příloha 34: Vyhlášení canicross



(Zdroj: Michal Míčko)

## Příloha 35: Účastnické medaile



(Zdroj: Rozběháme Česko)



## Příloha 36: Občerstvovačka



(Zdroj: Rozběháme Česko)

## Příloha 37: Běžecká vesnice



(Zdroj: Michal Míčko)

## Příloha 38: Hasičský stánek s občerstvením



*(Zdroj: Michal Míčko)*



## Příloha 39: Zpětná reakce závodníků



(Zdroj: Rozběháme Česko)

## Příloha 40: Výsledková listina

	PŘÍJMENÍ, JMÉNO	TÝM	ČAS	STARTOV NÍ ČÍSLO	BODY
<b>DĚTSKÉ BĚŽECKÉ ZÁVODY</b>					
<b>0 - 4</b>					
1	Šturm Petr	Firrest Gump Team	0:00:40	3078	-
2	Wallcon Alex	Musher Klub JCC	0:00:43	3096	-
3	Novotný Josef		0:00:47	3069	-
<b>5 - 6</b>					
1	Lohová Dora	Rozběháme Kladno	0:01:15	3072	-
2	Šturmová Terežka	Forest Gump Team	0:01:20	3047	-
3	Šíma Petr	Rozběháme Prahu	0:01:32	3050	-
<b>7 - 10</b>					
1	Mašek Štěpán	Aussie Gang	0:08:16	34	-
2	Knop Ondra	Rozbehame Kralovice	0:08:36	35	-
3	Heroudek Ludvík	TJ Sokol Maxičky	0:09:09	3091	-
<b>11 - 14</b>					
1	Hejlová Viktorie	Aerobic Lady Plzeň	7:47	82	-
2	Tůmová Lucie	Aussie Gang	8:52	3083	-
3	Wooley Charlota		9:50	3092	-
<b>BĚH MID MUŽI 18 - 39</b>					
1	Fencel Michal	Uruk-hai	0:34:35	1005	100
2	Revák Libor		0:37:40	12	90
3	Březina František	Tj Sparta Radkovice	0:38:25	1004	80
<b>BĚH MID MUŽI 40 +</b>					
1	Filingr Čeněk	Běžecký klub F-C Kadaň	0:35:37	1098	100
2	Vojtíšek Radovan	Moon Kil Sun	0:39:17	1024	90
3	Strnad Jaroslav		0:42:28	1100	80
<b>BĚH MID ŽENY 18 - 39</b>					
1	Sedláčková Kateřina		0:40:45	414	100
2	Ševčíková Alžběta		0:45:14	1040	90
3	Zelenková Káťa	Happy Avokádo	0:45:46	1043	80
<b>BĚH MID ŽENY 40 +</b>					

1	Šindelářová Blanka		0:38:32	17	100
2	Kabourková Ladislava	Šneci v Běhu	0:52:30	1046	90
3	Vaňková Silvie	VanRun	0:53:33	1051	80
<b>BĚH SPRINT MUŽI 18 - 39</b>					
1	Čížek Jan	SRTG Nové Strašecí	0:21:53	5001	100
2	Minařík Rostislav	SRTG Nové Strašecí	0:23:16	5006	90
3	Hubáček Radek	Ranč Líšná	0:25:46	14	80
<b>BĚH SPRINT MUŽI 40+</b>					
1	Hradecký Martin		0:26:23	5008	100
2	Burian Luboš		0:29:36	413	90
3	Novák Milan	Já se snažím!	0:30:33	5010	80
<b>BĚH SPRINT ŽENY 18 - 39</b>					
1	Rosenbaumová Eliška	Rozběháme Plzeň	0:22:51	5148	100
2	Šturmová Barbora	Forrest Gump team	0:24:08	5150	90
3	Kučerová Jana	Rozběháme Klatovy	0:26:25	5147	80
19	Žiačíková Simona	Ranč Líšná	0:38:49	15	12
20	Vrbová Petra		0:38:55	5151	11
21	Rádlová Lenka	Rozběháme Plzeň	0:42:55	5020	10
22	Wislocká Hana		0:51:19	5152	9
<b>BĚH SPRINT ŽENY 40+</b>					
1	Zahálková Jindra	Chlumčany	0:28:15	5156	100
2	Knopová Dana	Rozběháme Kralovice	0:35:35	5029	90
3	Fryčková Štěpánka	Rozběháme Kralovice	0:36:26	5153	80
<b>JUNIOŘI BĚH</b>					
1	Rendl Adam	Rozběháme Klatovy	0:14:39	1122	100
2	Nový Tomáš		0:15:46	3063	90
3	Cibulková Jana	Šneci v běhu	0:16:00	3003	80
<b>ZKUS SI SVŮJ 1. ZÁVOD BĚH</b>					
1	Nováčková Vendula		0:18:05	3011	100
2	Prantlová Jana	Rozběháme Plzeň	0:25:50	3012	90
3	Bydžovský Martin	CSSS	0:33:22	3087	80
<b>SCOOTERING</b>					
1	Štěpánková Martina	Fitmin Team	0:09:47	5124	100
2	Marešová Nicole	TJ Sokol Maxičky	0:10:03	5125	90
3	Sršeň Jan	MC Metuje	0:10:52	5123	80

<b>CANICROSS MID</b>					
<b>CANICROSS MID MUŽI</b>					
1	Hron Petr	New Roll Runners	0:37:10	1103	100
2	Směšný Michal	Plzeň v Tahu	0:38:46	1076	90
3	Čekan Vašek	Tj Sokol Maxičky	0:39:27	1067	80
<b>CANICROSS MID ŽENY</b>					
1	Vašulínová Iva	Plzeň v Tahu	0:36:50	1062	100
2	Marešová Nicole	TJ Sokol Maxičky	0:37:34	1061	90
3	Wallcon Martina	Musher Klub JCC	0:38:47	1063	80
<b>CANICROSS SPRINT</b>					
<b>CCM do 10.99 kg</b>					
1	Cígler Tomáš	Horský půlmaraton	0:24:22	5061	100
2	Pozníček Libor	ISCA Canicross	0:26:41	5059	90
3	Čížek Jan	SRTG Nové Strašecí	0:27:09	5161	80
<b>CCM 11 – 19.99 kg</b>					
1	Císař Martin		0:19:24	5038	100
2	Zeman Petr	TJ Sokol Maxičky	0:21:00	5037	90
3	Hrůza Vojtěch	Bez Pedálu	0:22:05	5056	80
<b>CCM od 20 kg</b>					
1	Hladký Jan	Musher Klub JCC	0:17:24	5157	100
2	Smrčka Petr	TJ Sokol Maxičky	0:17:57	5035	90
3	Lohr Petr	AironStar	0:18:16	5160	80
<b>CCW 11 – 19.99 kg</b>					
1	Marková Petra	Musher Klub JCC	0:24:04	5039	100
2	Václavová Linda	Musher Klub JCC	0:24:20	5040	90
3	Volfová Klára	Musher klub JCC	0:25:02	5174	80
<b>CCW do 10.99 kg</b>					
1	Haramulová Lenka	GEEZERRUN	0:22:41	5042	100
2	Hrníčková Pavla	běhejsespsem.cz	0:24:11	5043	90
3	Perglerová Daniela		0:24:39	5044	80
<b>CCW od 20 kg</b>					
1	Štěpánková Martina	Fitmin Team	0:16:34	5031	100
2	Křížková Petra	SK Děti severu	0:20:08	5032	90
3	Kubelková Eva	Hard Dog Race smečka Babice	0:20:48	5033	80
<b>JUNIOŘI CC</b>					



1	Anderle Radek		0:12:21	4	100
2	Nováčková Natálie		0:12:34	3025	90
3	Bieliková Andrea	Rozběháme Plzeň	0:12:40	3015	80
<b>ZKUS SI SVŮJ 1. ZÁVOD CC</b>					
1	Váňová Tereza		0:15:46	3029	100
2	Stránský Václav		0:15:52	3036	90
3	Machuta Pavel	Aussie gang	0:16:05	3034	80

(Zdroj: Rozběháme Česko)