

## I.B TRÍDA

**Rousínov B – Černá Hora 1:1** (1:1), Mazal. Hosté přijeli pro tři body a skoro si je i odvezli. Po celou první půli měli drtivý tlak. Branku zaznamenali ale jen jednu, když se po Němcově rohu trefil hlavou matador Mazal. Rousínov dokázal vyrovnat z ojedinelého protiútoku. Po změně stran se již hra srovnala a zápas dospěl ke konečné remíze.

**Medlánky – Kunštát 1:2 (0:2)**, Španěl 2. Cenné tři body urvali Kunštátsí. Postaral se o ně Ondřej Španěl, který nejprve otevřel v 35. minutě skóre a podruhé se znovu přesnou přízemní střelou k tyči trefil těsně před půlí. Domácí po návratu z kabin převzali iniciativu, gólový zápis se jim ale povedl jen jeden v 70. minutě. Kunštát již vedení udržel.

**Blansko B – Tišnov 1:0 (0:0)**, Bezděk. Hrál se oboustranně kvalitní fotbal. O výsledku rozhodla utěšená střela Bezděka, který napálil míč v 55. minutě z otočky téměř přesně do šibenice. Snaživí hosté chtěli alespoň bod, o vyrovnání se ale pokoušeli marně.

**Bořitov – Ochoz 3:0 (1:0)**, Klicpera, Vlk, Ostrý Zb. Domácí kráčeli od začátku za třemi body. Klicpera se trefil hlavou po rohu ve 25. minutě. Další branky padaly v závěrečné čtvrtině. Vlk dal na 2:0 přesnou střelou pravou, konečné skóre pak stanovil v samém závěru po Šmerdově přihrávce Ostrý.

**Bosonohy – Olešnice 4:1 (2:0)**, Hořínek. Podrobnosti nehlášeny.

1. Tišnov	17	10	2	5	26:13	32
2. FKD	17	8	7	2	21:10	31
3. Bohalice	17	9	2	6	31:19	29
4. Bořitov	17	8	4	5	26:26	28
5. Medlánky	17	8	2	7	28:20	26
6. Bosonohy	17	8	2	7	31:25	26
7. Svatka	17	7	4	6	30:28	25
8. Blansko B	17	7	3	7	28:30	24
9. Kunštát	17	5	8	4	17:19	23
10. Ivanovice	17	7	2	8	18:25	23
11. Rousínov B	17	4	6	7	20:22	18
12. Ochoz	17	4	5	8	18:36	17
13. Černá Hora	17	3	5	9	16:26	14
14. Olešnice	17	3	4	10	12:23	13

# Drama v Jedovnicích pro šťastnější domácí. Olomučany překvapily Vysočany

## Šošůvka inkasovala ve Sloupu sedmičku

Bohumil Hlaváček

**Blanensko a Boskovicko** - Derby ve Sloupu přilákalo hodně fanoušků. Ti ze Šošůvky se vrátili domů sklesle, jejich tým si odnesl historický debakl. Jedovnice dokázaly otočit nepříznivý vývoj skóre v samém závěru.

**Sloup – Šošůvka 7:0 (5:0)**, Zouhar 3, Kleveta 2, Mikulášek, Trefil. Sloup potvrdil roli favorita derby drtivým způsobem. První gól padl po půlminutě hry, již po čtvrtině to pak bylo už 4:0, když Zouhar zaznamenal čistý hattrick v osmi minutách. Zápas před velice slušnou návštěvou se pak jen dohrával a skóre narůstalo. Exkluzivní byl Klevetův angličtin z voleje na 5:0 pro Sloup.

**Jedovnice – Kořenec 3:2 (1:0)**, Janda 2, Sehnal – Bašný, Novotný, ČK: Ševčík (K).

Drama až do konce. Favorizovaní domácí vedli od 4. minuty díky Jandovi. Tento kanonýr pak ale v 32. minutě laxně nedal penaltu a začaly se dít věci. Bašný vyrovnal a Novotný v 60. minutě poslal



Sloup – Šošůvka 7:0.

Foto Pavel Novák

hosty do vedení. Pak Sehnal pro něj netypicky z trestného kopu vyrovnal. Rozhodl v samém závěru ten, kdo skóre otevřel – Janda.

**Drnovice – Boskovice B 2:2 (1:1)**, Haničinec 2 – Ošlejšek, Horák, ČK: Kronek (B).

Domácí bez distancovaného Crháka šli do vedení po brejku Haničince. Fotbalovější hosté pak ovládli hru a zasluženě výborným Ošlejškem vyrovnali. Jejich tlak tr-

val i po změně stran a projevili se Horákovým zvýšením stavu. Když se již zdálo, že odvezou všechny body, vyrovnal v samém závěru Haničinec.

**Lipovec – Lysice 4:0 (1:0)**, Horáček R. 2, Horáček L., Matuška.

Zápas měl jednoznačný průběh. Od větší pohromy zachránil Lysice jejich brankář, který pokrýval nejméně tři tutovky hráčů Lipovce. Ti zejména ve druhé půli zcela ovlád-

li hru a tři body zůstaly poprávu doma.

**Vysočany – Olomučany 1:2 (0:2)**, Hejč Jiří – Navrkal, Sáňka.

Vysočany bohatým berou a chudým dávají. Dva splené góly Olomučan na rozhraní 30. a 31. minuty je dokonale zaskočily. Druhou půli pak měly drtivý tlak, zruhoval se ale jen na snížení Hejčem v 75. minutě, další várku tutovek dokázaly zahodit.

**Letovice – Doubravice 0:0.**

Když se ve 5. minutě ocitl v jasné šanci domácí Tesař a brankář jeho pokus vykryl, asi nikoho nenapadlo, že vidí poslední slušný fotbalový moment zápasu. Jeho zbytek byl již jen parodií na kopanou, oba týmy předvedly ostudný výkon.

**Vavřinec – Rudice 0:4 (0:1)**, Zouhar M. 3, Pernica.

Vavřinec podle všeho jen dohrává tento ročník okresního přeboru, jeho sestupová příčka je již téměř stoprocentní. Tentokrát si proti němu s chutí zastříl na jaře dosud nevýrazný celek Rudice, hattrick si připsal Michal Zouhar.

1. Lipovec	17	11	3	3	41:19	36
2. Jedovnice	17	11	1	5	46:30	34
3. Sloup	17	10	3	4	38:23	33
4. Doubravice	17	10	2	5	44:25	32
5. Letovice	17	9	3	5	42:30	30
6. Drnovice	17	9	3	5	46:37	30
7. Vysočany	17	8	2	7	37:40	26
8. Boskovice B	17	6	5	6	41:37	23
9. Kořenec	17	6	4	7	39:32	22
10. Rudice	17	5	4	8	30:35	19
11. Olomučany	17	6	1	10	27:46	19
12. Šošůvka	17	5	3	9	39:48	18
13. Lysice	17	4	3	10	20:53	15
14. Vavřinec	17	0	1	16	21:56	1

## Blansko je ve finále

**Blansko** - Otočit nepříznivý vývoj semifinálové série play off 3. ligy se o tomto víkendu podařilo stolním tenistům TJ ČKD Blansko. Nejprve zvítězili v sobotu v Čechovicích, poté v neděli doma a vybojovali tak postup. Blanská děvčata z důvodu nemoci k odvetnému utkání semifinále 1. ligy v Havřově již nenastoupila a prohrála kontumačně.

**3. liga muži, 2.semifinále: Sokol Čechovice – TJ ČKD Blansko 5:9.** Dudík 4,5, Příkrý A. 2,5, Mikula 2. Utkání mělo opačný průběh než první semifinále hrané před týdnem v Blansku. Hosté se hned na začátku ujali vedení 5:1 a to udrželi až do konce. Výborně zahrál především Luboš Dudík, který ztratil pouhý jeden set.

**3. semifinále: TJ ČKD Blansko – Sokol Čechovice 9:5,** Dudík 4, Příkrý A. 3, Mikula 2. Neomluvený Luboš Dudík režíroval postup Blanska do finále. Jeho soupeřem bude vítěz základní části US Steinerová Choceň, která porazila poměrem 2:0 na zápasy MS Brno C. První utkání se uskuteční v sobotu 30. dubna. Zda to bude v Blansku nebo Chocni, není ještě rozhodnuto. (vor, bh)



**\* Poslední turnaj. S letošní sezonou se posledními mistrovskými zápasy v domácí hale rozloučili florbalisté Atlasu ČKD Blansko ve 3. lize. Výsledky a konečná tabulka na str. 15. Foto Bohumil Hlaváček. \* Bambasácká desítka. Tradiční běžecké závody se konaly v sobotu ve Skalici nad svitavou. Početně obsazeny byly jak mládežnické kategorie, tak hlavní závod. V něm zvítězil blanský Leoš Svoboda, v ženách byla nejlepší domácí Milada Barošová. Výsledky na www.zrcadlo.net. Foto Pavel Šmerda**

# Robin Daněk má za sebou premiéru ve Světovém poháru

**Kunčina Ves** - Na plné obrátky se rozjíždí sezona sportovních střelců. To platí i pro českého reprezentanta v trapu Robina Daňku z Kunčiny Vsi, který už má za sebou i svoji premiéru na závodech Světového poháru.

„Začátek roku byl docela náročný. V lednu jsem absolvoval kondiční soustředění v Harrachově i společnou přípravu v Hradci Králové. V únoru jsem vyrazil na Kypr. Sponzor nám tam umožnil dvanáctidenní tréninkovou přípravu. Hlavně jsem si zvykal

na novou pažbu, kterou jsem si v zimě nechal udělat speciálně pro sebe. Je to určitě posun vpřed, je vytvářena přímo na moji ruku a věřím tomu, že výsledky budou díky tomu ještě lepší.“ prozradil Daněk. Po návratu z Kypru absolvoval tréninky v Hradci, poté následoval přesun do Itálie. „I tam jsme podřídili vše tréninku, ale zastříl jsem si tam i jeden kontrolní závod. Bylo to jenom na 50 terčů. Asi z 80 lidí jsem skončil čtrnáctý,“ upřesnil.

A pak už nabral směr Světový

pohár v Austrálii. „Byla to moje nejdelší cesta v životě. Trvala 30 hodin, vůbec nejhorší bylo deseti hodinové čekání v Dubaji. Když jsme doletěli do Sydney, chvíli mi trvalo, než jsem si zvykl na časový posun, ale do závodů bylo dost času,“ světil se Daněk, kterému podle jeho slov nevyšel oficiální trénink. „Strašně přšelo, foukal vítr. Říkal jsem si, to bude katastrofa. Ale vyspal jsem se, s kamarádkou jsme si druhý den udělali výlet do města, prošli se po památkách a to mi prospělo.

Na oficiálním tréninku už to bylo o hodně lepší,“ uvedl střelec.

Závod Světového poháru začal v úterý, netradičně byl rozdělen na tři dny. „Mínul jsem hned první terč, nějak jsem se lekl, ale pak jsem se uklidnil a na prvních dvou položkách jsem dal 23 a 24. Po prvním dnu mně patřilo 14. místo. Druhý den jsem trefil průměrných 22, třetí den pak 24 a 23. Celkově to dalo 116 a velmi dobré 13. místo. Kdybych trefil o jeden terč víc, mohl jsem být v desítku. Ale na kdyby se nehra-

je. I tak jsem spokojený a ostudu jsem určitě neudělal. David Kostelecký se rozstřeloval o finále a nakonec skončil sedmý, Jirka Gach byl čtyřřadvacátý,“ upřesnil Daněk.

Po následném soustředění v Srbsku čeká nyní Robina Daňka nejdůležitější období letošní sezony. Pět závodů Českého poháru, které určí nominaci na další závody Světového poháru a především na mistrovství Evropy, kde se bude rozdávat pět olympijských míst. (pš)

# Gymnastkám se dařilo Trénuj s námi na Běh za sedmizubým hřebenem

**Blansko** - Minulou sobotu 9. dubna se konaly v Brně závody ve sportovní gymnastice, které uspořádalo regionální centrum SPV Brno-město. Kromě brněnských závodnic se akce zúčastnila také družstva ze Svitav a z Blanska. KSG TJ Start Blansko zde měl zastoupení v pěti kategoriích. Soutěžilo se v gymnastickém trojboji u předškolních žákyň a ve čtyřboji u děvčat školního věku.

V nejmladší kategorii obsadila 2. místo Anička Šťábová, která byla nejmladší závodnicí soutěže. V kategorii předškolní žactvo B (roč. 2004) se na 2. místě umístila Valentina Bernátová. Tato kategorie byla nejvíce zastoupena, soutěžilo v ní 18 závodnic. V kategorii mladší žákyň I. (roč. 2002, 2003) obsadila 9. místo Klára Krejčířiková, 10. místo Anna Tvarůzková a 11. místo Karolína Matalová. V kategorii mladší žákyň II. (roč. 2000, 2001) skončila na 2. místě Martina Hlaváčková, 3. místo obsadila Adéla Hasoňová a 4. místo Anna Nejezchlebová. V nejstarší kategorii (roč. 1998, 1999) zvítězila Alena Menšíková, která obhájila loňské prvenství, 2. místo obsadila Karolína Janečková a 4. místo Katka Menšíková. Tyto regionální závody byly letos první a zároveň poslední soutěží, které se gymnastky KSG TJ Start při ZŠ a MŠ Blansko, Dvorská zúčastní. V příštím roce začínou děvčata trénovat v KSG Moravská Slavia Brno pod vedením trenérky Adriany Janákové. Při ZŠ a MŠ Blansko, Dvorská bude fungovat jednou týdně kroužek gymnastiky v Centru sportu.

Barbora Holánová



Foto Bohumil Hlaváček

Hana Trněčková

**Boskovice** - Příprava se čtrnáctidenním Zrcadlo na závod Běh za sedmizubým hřebenem finišuje. Jen necelé dva týdny zbývají do startu. Teď je čas na předzávodní odpočinek a čerpání sil, váš tréninkový plán nyní počítá s kratšími výběhy, které vás udrží v kondici, ale nevezmou vám energii před samotným soutěžním dnem. A připomínáme i základní pravidlo tréninku: tempo běhu volte podle svých dosavadních schopností, pro začátečnický je ideální takové, při kterém dokážete bez obtíží mluvit s druhým, aniž se zadýcháte. A platí: abyste vydrželi běžet delší dobu, zpomalte. Což ostatně uplatníte i v závodě. „Nenechte se strhnout davem a počáteční euforií. Čím rychleji v úvodu závodu poběžíte, tím méně energie vám zbude do

finiše,“ vzkazuje boskovický běžec a trenér projektu Trénuj s námi Roman Chlup. Informace o registraci do závodů Běhu za sedmizubým hřebenem naleznete na stránkách závodu www.sportujsnami.cz. Online registrace za zvýhodněné startovní pouze do 20. dubna!

## Tréninkový plán

**Pátý běžecký týden:**

středa – 40 minut  
pátek – 40 minut

**Šestý běžecký týden:**

pondělí – 30 minut  
středa – 20 minut  
pátek – 20 minut  
neděle – závod

**Sedmý běžecký týden:**

pondělí – 20 minut regenerační výklus po závodě

## Boskovice čeká Běh za...

Pokračování ze str. 1

„Hlavní objízdna trasa povede od křižovatky u hotelu Slavie přes ulice Sokolská a Lidická,“ přibližuje. Naopak uzavřené budou ulice Kpt. Jaroše a Sušilova a částečně také ulice Dukelská. A hlavně celé Masarykovo náměstí, které bude 1. května patřit jen běžcům a divákům. Tak tedy: „Nashledanou na boskovickém náměstí,“ jak vzkazuje Petr Bende.

## Časový plán

9 hod. - zahájení akce  
9.05 hod. - vystoupení  
9.30 hod. - průjezd velorexů přes náměstí  
10 hod. - děti s rodiči do 4 let, délka 50 m  
10.15 hod. - děti 4-6 let, 100 m  
10.30 hod. - děti 7-9 let, 200 m

10.45 hod. - mladší žáci 10-12 let, 800 m  
10.55 hod. - mladší žákyňe, 800 m  
11.10 hod. - starší žáci 13-15 let, 1600 m  
11.25 hod. - starší žákyňe, 1600 m  
11.45 hod. - vystoupení  
12.30 hod. - hobby běh na 1600 m  
12.50 hod. - vyhlášení dětských běhů  
13.20 hod. - běh na 4 km  
14.00 hod. - taneční a pěvecké vystoupení Ben Cristovao  
15.00 hod. - vystoupení  
15.20 hod. - hlavního běh na 10,5 km  
15.25 hod. - vyhlášení výsledků běhů na 4 km  
17.00 hod. - vystoupení  
18.30 hod. - vyhlášení výsledků hlavního běhu  
20.00 hod. - koncert Petr Bende s kapelou  
Novinka v programu: týmová soutěž. Více na sportujsnami.cz.

## Žádný plný žaludek při závodě, radí trenér

Trenér Roman Chlup prozradil své tipy na závod čtenářům Zrcadla.

**Jídlo, pití:** „Posnídejte vydatně, zato oběd musí být lehký, třeba zeleninový salát. Dvě hodiny před závodem však nejzte, dejte si na nejvyšší banán. S plným žaludkem se běžet nedá. Doplnky stravy jako tyčinky a iontové nápoje jsou vhodné, ale pouze v případě, že je máte vyzkoušené. A stejně je nejlepší čistá voda.“

**Oblečení:** „Určitě se oblečte méně než více. Jinak byste se zbytečně potili - tričko, kraťasy. Pokrývka hlavy - jak je kdo zvyklý, totéž slušneční brýle.“

**Před startem:** „Přes sebe si přehodte něco teplejšího, třeba bundu nebo mikinu. Rozehřátí určitě nevynechejte. Zlehka se rozběhat, stačí pět až deset minut, pak se trochu protáhnout a jít na start.“

**Tempo pro hobby běh:** „Krátká, rychlá trať, není třeba taktizovat a šetřit silami. Nebojte se toho, tempo můžete „napálit“ od začátku. Možná vás bude píchat v boku, ale zvládnete to.“

**Tempo pro 4 km:** „Začátek je z kopce, takže se dá tempo pustit a běžet rychleji. Ale na rovince je potřeba zpomalit, abyste měli dost síly při zdolávání mírných stoupání na trati a mohli si zaprintovat ve finiši při stoupání na náměstí.“

**Tempo pro 10,5 km:** „V úvodu čeká táhlé stoupání k westernovému městečku, takže je dobré nevidochit a odstartovat pomaleji. Nesmíte zapomínat, že po zdolání velkého kopce čekají ještě další, ač kratší stoupání. Nenechte se strhnout davem, domluvte se třeba s kamarádem, který běhá na podobné úrovni jako vy, že poběžíte spolu. Povídejte si, užívejte si závod.“ (hat)