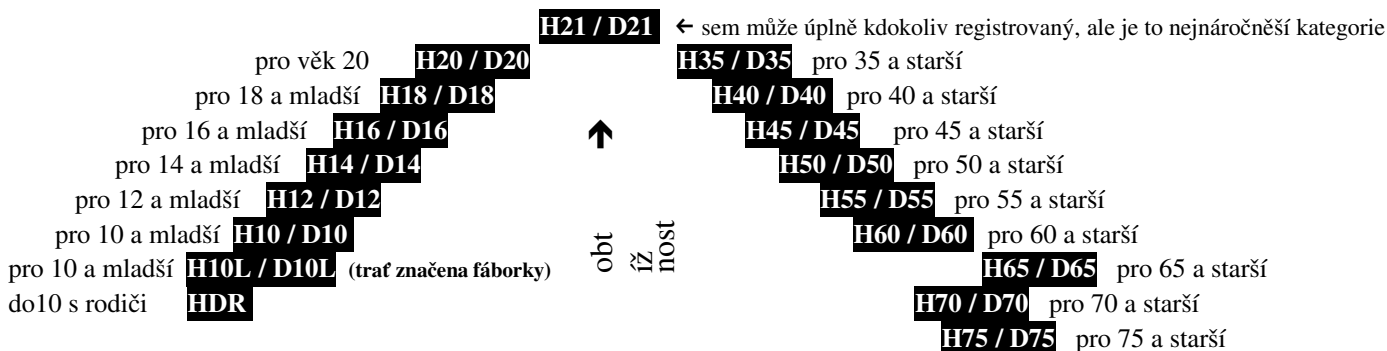


## A co když ...

- ... se mi dítě v lese ztratí?** Každé normální dítě starší než 5 roků dokáže ujít nějaké 2 km podle fáborků (kategorie H10L nebo D10L). Pokud mu ještě nejsou tři roky, je lepší, když s ním půjdete (kategorie HDR). A pokud je mu víc než 11 a fáborky už nemůže (kategorie H12 / D12 a vyšší), pak nemějte obavy. Divili byste se, co takové děti dokáží.
- ... se mi dítě v lese poraní?** Ty malé děti jsou "nerozbitné", to je zkušenost všech rodičů. A ty větší jsou už opatrné. Rozhodně jim v lese hrozí méně nebezpečí, než na prolézačkách vedle paneláku.
- ... se já zraním?** Dospělým se to stává. Většinou to je výron v kotníku – drobné škrábance a odřeniny nepočítáme. Ale nikdy to nemáte do cíle dál než takové 2 km, to se dá ujít i s oteklým kotníkem. A pokud je to něco horšího, je v lese kolem vás několik desítek ochotných rukou, které vám pomohou.
- ... se ztratím?** Pokud se neztratíte mezi paneláky na sídlišti, nemějte strach. Tady navíc budete mít v ruce velice podrobnou mapu.
- ... mě napadne kanec / klíště / zmije?** Tak především divočák je zvíře velice plaché. Když půjdete tiše po lese, občas ho zahlédnete, ale když budete utíkat a pod nohama vám budou praskat větve, prodírat se hustníkem nebo pádit přes mýtinu, nanejvýš ho spatříte někde v dáli, jak zděšeně prchá včetně svých selat. Obrázek vyděšeného člověka v koruně stromu, na nějž doráží rozružený kňour či bachyně, patří jen do kreslených vtípů. Proti klíšťové encefalitidě existuje účinné očkování – to by se nemělo podceňovat: encefalitida vás může posadit na invalidní vozík nebo vtisknout do ruky bílou hůlku. Ale pozor - s klíštětem se běžně můžete setkat i na trávníku před domem. Pokud patříte k těm nešťastníkům, které si klíšťata oblíbila, pak jistě používáte nějaký repelent. A zmije je natolik vzácná, že na ni v lese narazíte se stejnou pravděpodobností jako na jelena. Navíc máte na nohou prorážedky, které musejí odolat ostrým koncům větví, takže chudák zmije je bez šance.
- ... to neuběhnu?** K půvabům orientačního běhu patří to, že vás k běhu nikdo nenutí. Jsou lidé, kteří celou trasu projdou a přesto skončí ve výsledcích v první polovině. O výsledku tady rozhoduje především hlava, teprve potom nohy. Příklad: při průměrné vzdálenosti kontrol 500m to běžíte dejme tomu 2 a půl minuty. Při špatné orientaci ale můžete další dvě minuty ztratit dohledáváním – a to už těžko doženete, za půl minuty byste pětistovku neuběhli ani na dráze.
- ... začne pršet?** To se nedá nic dělat, běhá se za každého počasí. Pořadatelům to dalo několik týdnů práce, aby závod připravili (sehnat povolení od majitelů lesa, od obce, od lesní správy, dohodnout místa pro parkování, aktualizovat mapy, vytisknout je, vymyslet tratě – to je příprava skutečně na měsíce dopředu), spousta lidí se podílí na jeho organizaci (ráno roznést po lese kontroly, rozvěsit fáborky, připravit start a cíl, občerstvení atd.) - všechno ve volném čase. Takový závod nejde zrušit jen proto, že prší. Kdo nosíte brýle, vezměte si na hlavu čepici se štítkem, aby vám na ně nepršelo, a natřete si je přípravkem proti orosení (prodejny s optikou). A něco na převlečení. Když poběžíte, zima vám zaručeně nebude.
- ... chci do jiné kategorie?** Máte poměrně široký výběr. Buď jsou kategorie pro příchozí (označují se P s číslicí – např. P3 znamená cca 3km dlouhá), nebo tréninkové (např. T5 – 5km dlouhá, vždy obtížnější než stejná P) nebo standardní závodní. Do prvních dvou může kdokoliv, do těch závodních jen ti, kteří jsou registrováni u Čs. svazu orientačního běhu jako závodníci. A schema rozdělení je toto:



Často se kategorie ještě dělí podle obtížnosti na A a B, případně K a L (L zde neznamená fáborky, ale že je **obtížnější** než K !)