**Družstvo mužů Atletického klubu AC Mladá Boleslav**

# Zpravodaj č. 5/2016

***V úvodu zpravodaje bychom rádi poděkovali všem mužům, kteří reprezentovali oddíl ve druhém kole a dalším závodníkům ,kteří přišli na stadion,ale již se nevešli do sestavy. Doufáme že na třetí kolo do Prahy 11.6.2016 odjedeme též s plným počtem závodníků. ( 24 sestava + náhradníci )***

***Kdo se nevejde do sestavy,dostane alespoň vyplacené stravné (100Kč) a pokud vedoucí soutěže povolí start mimo bodování budou náhradníci závodit.***

***Disciplíny na třetí kolo nahlašte do 9.6.2016 na email:*** ***vrhaci.cenda@seznam.cz******, mobil: 724 510 243, osobně p.Koudelkovi nebo Čendovi***

***Přikládám bodování a časový pořad na 11.6.2016 v Praze Rošického stadion Strahov.***

|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- | --- |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |  |
| **Disciplína** | **1.kolo** | **2.kolo** | **3.kolo** | **4.kolo** | **celkem** |   | **Jméno** | **1.kolo** | **2.kolo** | **3.kolo** | **4.kolo** | **celkem** | **umístění** |
| **100m** | **9** | **11** |  |  |  |  | **Burián Mar.** | **0,00** | **0,00** |  |  | **0,00** | **19-25** |
| **200m** | **7** | **8** |  |  |  |  | **Burián Mich.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **400m** | **7** | **14** |  |  |  |  | **Čermák M.** | **9,25** | **3,00** |  |  | **12,25** | **8.** |
| **800m** | **12** | **11** |  |  |  |  | **Diviš J.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **1 500m** | **23** | **21** |  |  |  |  | **Ďurčovič J.** | **N** | **0,00** |  |  | **0,00** | **19-25** |
| **Dl.tratě** | **21** | **20** |  |  |  |  | **Dutý Š.** | **N** | **0,00** |  |  | **0,00** | **19-25** |
| **110mpř.** | **0** | **10** |  |  |  |  | **Dvořák J.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **400mpř.** | **7** | **14,5** |  |  |  |  | **Grill J.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **4x100m** | **9** | **N** |  |  |  |  | **Kolín J.** | **N** | **0** |  |  | **0** | **19-25** |
| **4x400m** | **N** | **6** |  |  |  |  | **Jon V.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **disk** | **0** | **0** |  |  |  |  | **Koudelka V.** | **N** | **0,00** |  |  | **0,00** | **19-25** |
| **kladivo** | **0** | **8** |  |  |  |  | **Kulich O.** | **N** | **5,00** |  |  | **5,00** | **16.** |
| **oštěp** | **0** | **9** |  |  |  |  | **Kulka M.** | **N** | **8,50** |  |  | **8,50** | **13.** |
| **koule** | **0** | **0** |  |  |  |  | **Matějček T.** | **19.25** | **19,00** |  |  | **38,25** | **1.** |
| **dálka** | **8** | **19** |  |  |  |  | **Miler J.** | **16,00** | **15,00** |  |  | **31,00** | **3.** |
| **trojskok** | **9** | **11** |  |  |  |  | **Mísař M.** | **0,00** | **N** |  |  | **0,00** | **19-25** |
| **tyč** | **0** | **0** |  |  |  |  | **Mlčoch B.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **výška** | **0** | **0** |  |  |  |  | **Naiman P.** | **4,25** | **8,50** |  |  | **12,75** | **7.** |
| **chůze** | **0** | **11** |  |  |  |  | **Pabišta R.** | **2,00** | **2,00** |  |  | **4,00** | **17.** |
| **Celkem b.** | **112** | **173.5** |  |  |  |  | **Pruckner J.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **Umístění** | **6.** | **3.** |  |  |  |  | **Pumr J.** | **N** | **8,00** |  |  | **8,00** | **14.** |
| **Po kolech** | **6.** | **5.** |  |  |  |  | **Rejman M.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
| **Celkem b.** | **112** | **285.5** |  |  |  |  | **Sobotka J.** | **N** | **17,00** |  |  | **17,00** | **6.** |
|  |  |  |  |  |  |  | **Souček L.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
|   |  |  |  |  |  |  | **Suchý M.** | **N** | **9,00** |  |  | **9,00** | **11.-12.** |
|   |  |  |  |  |  |  | **Svoboda J.** | **12,00** | **7,50** |  |  | **19,50** | **5.** |
|   |   |  |  |  |  |  | **Šimůnek J.** | **4,00** | **6,50** |  |  | **10,50** | **10.** |
|   |  |  |  |  |  |  | **Šolc L.** | **N** | **11,00** |  |  | **11,00** | **9.** |
|   |  |  |  |  |  |  | **Šípek J.** | **N** | **0,00** |  |  | **0,00** | **19-25** |
|  |   |  |  |  |  |   | **Šoóš T.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |   | **Špaček J.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |   | **ŠvadlenkaJ.** | **4,00** | **5,00** |  |  | **9,00** | **11.-12.** |
|  |  |  |  |  |  |   | **Topfer M.** | **N** | **6,00** |  |  | **6,00** | **15.** |
|  |  |  |  |  |  |   | **Topfer L.** | **N** | **N** |  |  |  |  |
|  |  |  |  |  |  |   | **Velíšek V.** | **17.25** | **19,00** |   |   | **36,25** | **2.** |
|  |  |  |  |  |  |   | **Videcký J.** | **8,00** | **9,50** |   |   | **17,50** | **7.** |
|  |  |  |  |  |  |   | **Vošvrda S.** | **16.00** | **14,00** |   |   | **30,00** | **4.** |

**PROPOZICE**

**3. kola II. NL skupiny D – mužů a žen**

**Termín**:    sobota 11. června 2016
**Místo**:    Praha, Strahov – stadion Evžena Rošického
**Pořadatel**:   Univerzitní sportovní klub Praha
**Ředitel závodu:**  Mgr. Lukáš Drbohlav

**Hlavní rozhodčí:
Technický ředitel:**  Jiří Jakoubek
**Závodní kancelář:**  Lukáš Slavík

**Řídící pracovníci:** Čeněk Klavrza - muži, Jan Ruda – ženy

**Zdravotnice:** Šárka Jehličková
**Přihlášky**:  na [www.atletika.cz](http://www.atletika.cz) do pátku 10. 6. 2016 do 20h

**Technická porada:** 9:45 v Press centru
**Šatny**:  k dispozici v tunelu stadionu, za uložené věci pořadatel NERUČÍ!!!

**Občerstvení:** na stadionu Evžena Rošického

**Rozcvičení:** výhradně v tunelu stadionu Evžena Rošického

**UPOZORNĚNÍ:** - soutěže v hodu kladivem se uskuteční v Edenu na stadionu ASK Slavia - odjezd autobusu na stadion ASK je v 9:45 od stadionu Evžena Rošického - soutěže ve vrhu koulí se uskuteční vedle přetlakové haly na Strahově

**Časový program:**

10:30 Kladivo M Kladivo Ž

11:00 Dálka Ž Tyč Ž Oštěp Ž

11:15 100 m R Ž

11:25 100 m R M

11.35 800 m Ž

11:45 800 m M

12.00 100 m př. Ž Výška Ž

12:15 100 m př. M Dálka M Oštěp M

12:30 100 m F Ž

12:40 100 m F M

12.50 400 m Ž

13:00 400 m M

13.10 3000 m př. Ž

13:30 3000 m př. M Trojskok Ž Disk Ž Koule M

13:45 Výška M Tyč M

13:55 400 m př. Ž

14.05 400 m př. M

14:20 200 m Ž

14:30 200 m M Trojskok M Disk M Koule Ž

14.45 1500 m Ž

14:55 1500 m M

15:10 4x100 m Ž

15:20 4x100 m M
**Základní výšky a zvyšování**:

výška H: 160-165-170-175 a dále po 3cm

výška D: 135-140-145-150 a dále po 3cm

tyč H: 240, 260, 280, 300, 320 a dále po 10cm
tyč D: 220, 240, 260 a dále po 10cm

***Předem děkujeme za spolupráci Láďa Koudelka a Čenda Kočí***