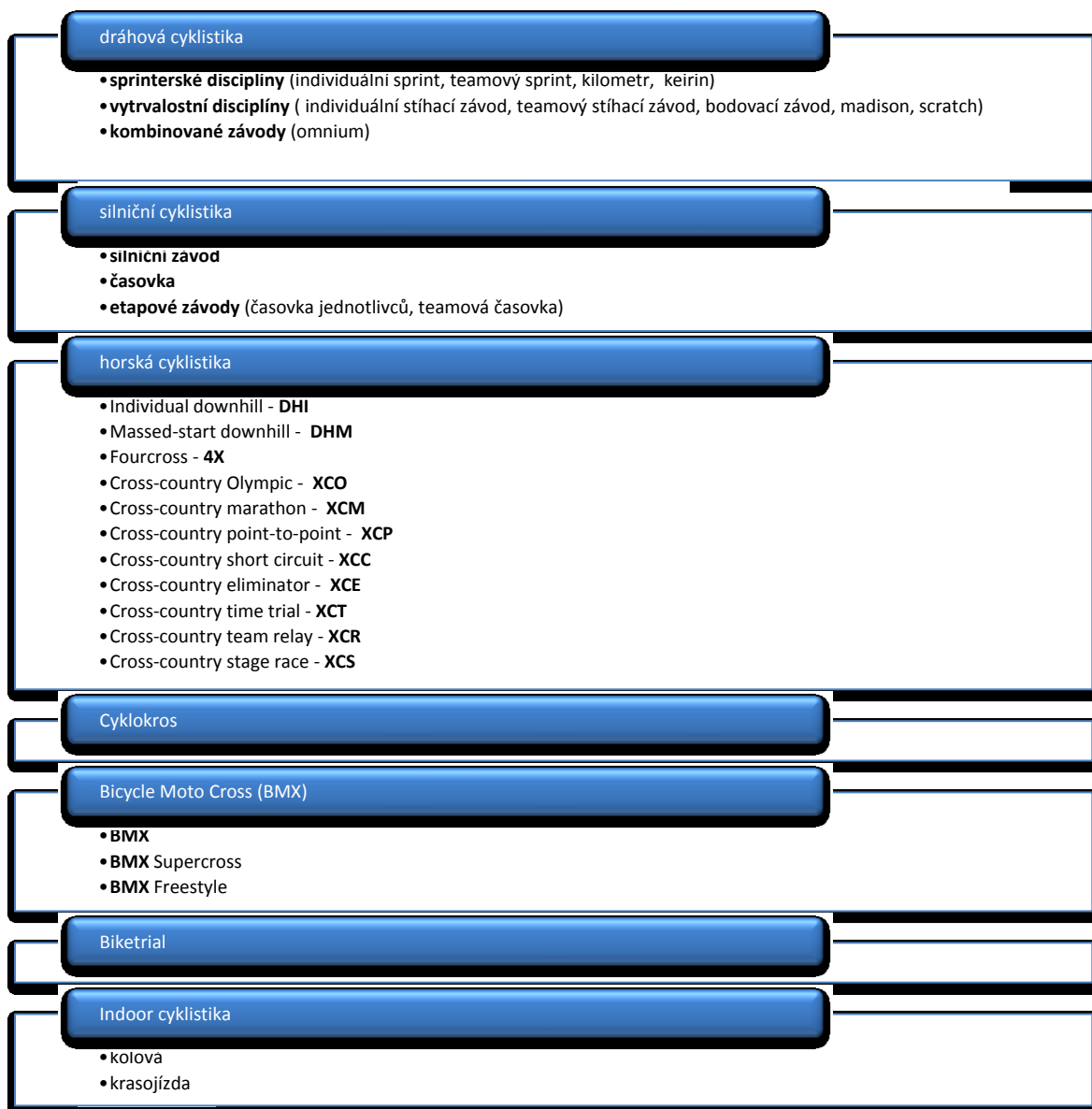


**Kapitola se věnuje charakteristice jednotlivých cyklistických disciplín a cykloturistiky. Zaměření výuky a textu je na terénní disciplíny a cykloturistiku v přírodním prostředí.**

Rozdělení cyklistiky podle UCI

Cyklistické disciplíny můžeme rozdělit z několika hledisek do různých skupin. Většinou se používá dělení podle druhu jízdního kola (viz kap. YX) nebo podle prostředí, v němž se cyklistika provozuje. Podle světové cyklistické federace (UCI) se cyklistika rozděluje na tyto disciplíny:



**obr. 1b1** – Rozdělení cyklistických disciplín (zdroj: vlastní tvorba )

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

Stejně jako jiné sportovní disciplíny, mohou některé disciplíny cyklistiky (viz obr. 1b1) provozovat i rekreační sportovci nebo turisté. Právě šířkou svého využití pro rekreační, sportovní, profesní a dopravní resort, je cyklistika ojedinělým sportem.

### **Dráhová cyklistika**

Dráhová cyklistika může dělit opět na několik kategorií. Klimeš (2009) je rozděluje na individuální a skupinové – podle počtu závodníků, jako praktičtější však vidí rozdělení závodů podle druhu výkonu na sprinterské a stíhačské (viz obr. 1b2). UCI pak dělí dráhovou cyklistiku na tři skupiny (sprinterské, vytrvalostní a kombinované).



**obr. 1b2 – Rozdělení dráhových disciplín** (zdroj: vlastní tvorba, pramen: Klimeš, 2009)

### **Sprinterské disciplíny**

#### **Individuální sprint** 🏁 video

V této disciplíně následuje po kvalifikaci, která se jezdí na 3,5 kola s měřeným 200m letným úsekem, vyřazovací jízda (2-3 kola). Nejlepší 2 jezdci bojují ve finále. Sprint je dlouhý 3 kola, vítězí první v cíli (zdroj: XY, XY).

#### **Týmový sprint** 🏁 video

Tato disciplína s pevným startem se jezdí v tříčlenných týmech na tři kola (v ženské kategorii 2 jezdkyňe a 2 kola). První z kol absolvují všichni tři na předem určených pozicích. Jednotliví jezdci se

střídají v čele skupiny, po odjetí jednoho kola z čela i závodu odstupují. Podle času je poté složena finálová šestice, resp. čtveřice jezdců. (zdroj: XY).

**Kilometr s pevným startem** video (resp. 500m pro ženy) je individuální jízdou proti chronometru (časovka). Vítězem se stává závodník s nejrychlejším časem.

**Keirin**  video

Závod v Keirinu má svůj původ v Japonsku a zde se těší také největší oblibě. Závodu se účastní 3-7 jezdců. Po hromadném startu je rychlost jezdců regulována vodícím motocyklem – demou. Z celkem 8 kol dema s jezdcem absolvuje za plynule se zvyšující rychlosti (až na 50, resp. 45km/h) pět a půl kola. Poté dema odstupuje a jezdcům mohou absolvovat poslední kola závodu v individuální rychlosti a především taktice. První v cíli je vítěz. (zdroj: XY, XY).

### **Vytrvalostní disciplíny**

**Individuální stíhací závod na 4 km** 

Závodníci startují na opačných stranách velodromu, jedou ve stejném směru. Distance pro ženy je 3 km. Vítězem je jezdec, který zaznamená rychlejší čas v cíli nebo předjede soupeře.

**Stíhací závod družstev na 4km**  video

Soutěží proti sobě vždy 2 týmy o 4 jezdcích (ženské kategorie 3) na 4, resp. 3 kilometry. Vítězný tým je ten, který zaznamená rychlejší čas nebo dostihne druhé družstvo.

### **Bodovací závod**

Závod jednotlivců nebo dvojic se jezdí na distanci 40 v mužské kategorii, resp. 25km pro ženy. Konečný výsledek se určuje podle bodů, získaných v průběhu závodu na základě výsledků ve sprintu (každé 10. kolo na trati 250m).

**Madison** video

Tohoto závodu se účastní až 18 dvoučlenných týmů, které si předávají štafetu. Zatímco jeden člen týmu závodí, druhý zpomalí a odpočívá. Klasifikují se získané body podle ujeté vzdálenosti a počtu vítězných sprintů. Madison se jezdí podle konkurence na 25 – 50km.

**Scratch** video

Individuální závod pro maximálně 24 jezdců nad 15km pro mužskou a 10 km pro ženskou kategorii. První kolo se nepočítá. (zdroj: XY).

### **Kombinované disciplíny**

**Omnium** video 

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

Omnium je závod složený z šesti samostatných závodů, které závodník absolvuje ve dvou po sobě následujících dnech (viz tab. 1b1). Konečné pořadí je stanoveno na základě součtu všech umístění. Jezdec s nejnižším součtem je celkovým vítězem. (zdroj: XY).

**tab. 1b1 – Jednotlivé závody disciplíny Omnium** (zdroj: vlastní tvorba, pramen: XY)

muži	ženy
letmé kolo	
bodovací závod na 30km	bodovací závod na 20km
eliminační závod	
individuální stíhací závod na 4km	individuální stíhací závod na 3km
scratch	
časovka na 1 km	časovka na 500m

Závody dráhové cyklistiky jsou součástí novodobých olympijských her od jejich počátku v roce 1896. Kategorie žen byla zařazena do programu her v Soulu 1988 (zdroj: XY).

### Silniční cyklistika

Silniční cyklistika je klasickou a zároveň i královskou disciplínou cyklistiky. Největší cyklistické závody jsou tou nejtěžší a zároveň nejdiskutovanější zkouškou sportovních výkonů. Také silniční cyklistika je rozdělena do několika kategorií. Dělí se na tři typy závodů.

#### **Silniční závod** 🇪🇺

Silniční závod začíná hromadným startem. Závodníci absolvují trať různých distancí (cca 260km v mužské kategorii). Silniční závody mohou být jednorázové z jednoho bodu do druhého (např. Paris – Roubaix nebo Tour de Flanders, viz obr. 1b3), okruhové (např. závod mistrovství světa) nebo etapové (např. Tour de France, Giro d'Italia) (zdroj: XY).



**obr. 1b3 – Závod Tour de Flanders 2011** (zdroj: XY, autor: Whit )

#### **Etapové závody**

Silniční cyklistika je charakteristická především třemi hlavními etapovými závody. V roce 2012 bylo na soupisce UCI 22 profesionálních týmů, které se pravidelně účastnily těchto zásadních etapových klání

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

(viz tab. 1b2). Spolupráce v týmech, určování tzv. „leaderů“ a podřízené taktiky jednomu jezdcovi jsou hlavní ukazatele současného pojetí silniční cyklistiky (viz obr. 1b8).

**tab. 1b2 – Profesionální stáje světového silničního pelotonu** (zdroj: XY, upraveno)

Kód	název týmu, stát	Kód	název týmu, stát		
ACC	<a href="#">ACCENT JOBS - WILLEMS VERANDA'S</a>	BEL	EUC	<a href="#">TEAM EUROPCAR</a>	FRA
LAN	<a href="#">LANDBOUWKREDIET - EUPHONY</a>	BEL	FAR	<a href="#">FARNESE VINI - SELLE ITALIA</a>	GBR
TSV	<a href="#">TOPSPORT VLAANDEREN - MERCATOR</a>	BEL	APP	<a href="#">TEAM NETAPP</a>	GER
SPI	<a href="#">SPIDERTECH POWERED BY C10</a>	CAN	COG	<a href="#">COLNAGO - CSF INOX</a>	IRL
CSS	<a href="#">CHAMPION SYSTEM PRO CYCLING TEAM</a>	CHN	UNA	<a href="#">UTENSILNORD NAMED</a>	IRL
COL	<a href="#">COLOMBIA - COLDEPORTES</a>	COL	ASA	<a href="#">ACQUA &amp; SAPONE</a>	ITA
ACG	<a href="#">ANDALUCIA</a>	ESP	AND	<a href="#">ANDRONI GIOCATTOLI - VENEZUELA</a>	ITA
CJR	<a href="#">CAJA RURAL</a>	ESP	ARG	<a href="#">TEAM ARGOS - SHIMANO</a>	NED
BSC	<a href="#">BRETAGNE - SCHULLER</a>	FRA	RVL	<a href="#">RUSVELO</a>	RUS
COF	<a href="#">COFIDIS, LE CREDIT EN LIGNE</a>	FRA	TT1	<a href="#">TEAM TYPE 1 - SANOFI</a>	USA
SAU	<a href="#">SAUR - SOJASUN</a>	FRA	UHC	<a href="#">UNITEDHEALTHCARE PRO CYCLING TEAM</a>	USA

### Tour de France video

Nejnámějším cyklistickým závodem je Tour de France. Koná se každoročně (od roku 1903) v červenci a odehrává se vždy v pozměněné formě z velké části na území Francie. Cíl závodu je vždy na Champs-Élysées v Paříži. Tento svátek cyklistiky je považován za nejtěžší etapový s cyklistický závod planety, především díky náročným horským etapám v Alpách a Pyrenejích (viz obr. 1b5, 1b6). Jeho celková délka bývá okolo 2500km (viz obr. 1b4).



**obr. 1b4 – Mapa závodu Tour de France 2012** (zdroj: XY, autor: Whit)

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika







**obr. 1b5** – Výškový profil 11. etapy závodu Tour de France 2012 – Albertville/La Sybelles (zdroj: XY)

**obr. 1b6** – Průběh 11. etapy závodu Tour de France 2012 – Albertville/La Sybelles (zdroj: XY)

Závod je charakteristický svými soutěžemi o různě barevné trikoty. Vedoucímu jezdcí průběžného pořadí a celkovému vítězi, který na trati strávil nejméně času, náleží trikot žluté barvy (viz. tab. 1b3). Zelený trikot je přidělen vedoucím jezdcům za sprinterské body, puntíkový trikot je pro nejlepšího vrchaře – dle získaných bodů v etapách. Sprinterské i vrchařské body jsou získávány v průběhu etap, přepočítání na body je podle kategorií významnosti. (viz zdroj XY)

**tab. 1b3** – Rozdělení trikotů na Tour de France 2012 (zdroj: XY, upraveno)

trikot	jméno jezdce	stát	stáj
	<b>vítěz/vedoucí jezdce</b>		
	Bradley Wiggins	GBR	SKY PROCYCLING
	<b>nejlepší sprinter</b>		
	Peter Sagan	SVK	LIQUIGAS-CANNONDALE
	<b>nejlepší vrchař</b>		
	Thomas Voeckler	NED	TEAM EUROPCAR
	<b>nejlepší do 23 let</b>		
	Tejay Van gardenen	USA	BMC RACINK TEAM

### Individuální časovka

Individuální závod proti chronometru je charakteristický tím, že jezdci nemohou využívat týmové taktiky. Sami vlastním přičiněním dosahují průměrných rychlostí okolo 40-50km/hod. Jezdci jsou vpouštěni na trať v pravidelných intervalech 1-2 min, trať má většinou rovinný profil. Jezdec, který dosáhne nejrychlejšího času, se stává vítězem. Vzhledem k tomu, že se jedná o čistě individuální výkon, který je ovlivněn vnějším prostředím, snaží se jezdci v této disciplíně o co nejefektivnější posez, volí odpovídající taktiku a techniku šlapání a celou pohybovou soustavu se snaží udržet v co nejlepších podmínkách vůči okolí (viz obr. 1b7). Individuální časovka bývá i součástí etapových závodů.

### Týmová časovka

Týmová časovka se nijak zvlášť neliší od závodu individuálního. Kolektiv je složen z 2 až 10 jezdců. Týmová časovka je atraktivní především na velkých etapových závodech, kde týmy získávají pro své



## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

jezdce cenné vteřiny a mohou tak výrazně ovlivnit posun svého „lídra“ v celkovém pořadí závodu (viz zdroj. XY).



**obr. 1b7** – Michael Rasmusen v individuální časovce na Tour de France 2005 (zdroj: XY, autor: Gsl)

**obr. 1b8** – Cadel Evans mezi kolegy týmu BMC v průběhu desáté etapy Tour de France 2011 (zdroj: XY, autor: AP Photo/Christophe Ena, 12.7.2011)

Závody v silniční cyklistice jsou součástí olympijského programu od prvopočátku novodobých her. Nejvýraznější úspěch historie samostatné ČR vytvořil svým 15. místem na hrách v Londýně 2012 Roman Kreuziger.

### **Mountainbiking**

Mountainbiking je označení pro jízdu na horském kole. Jeho stavba a vybavení umožňují jezdcům pohyb v terénu. Přírodní prostředí a těsný kontakt s přírodou je charakteristický také pro soutěžní pojetí tohoto druhu cyklistiky. Soutěže mountainbikingu dělí UCI na čtyři skupiny závodů: Cross Country (XC), Cross-Country marathon (XCM), Downhill (DH) a Four – Cross (4X) (zdroj: XY).

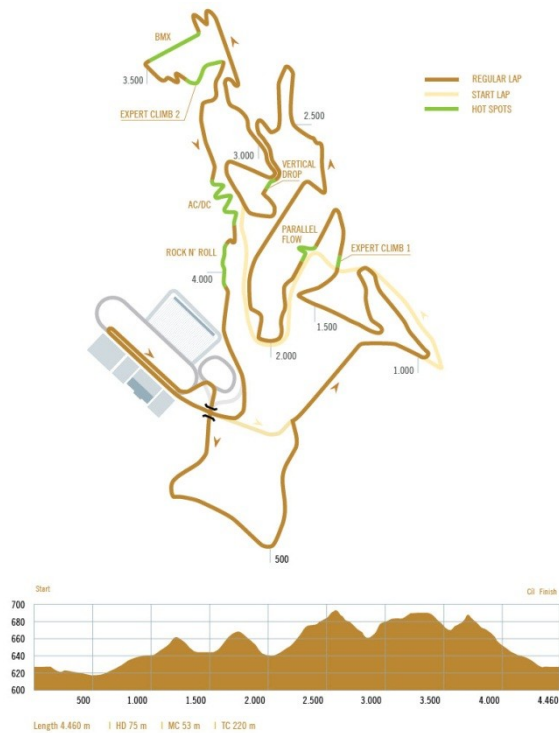
První závody horských kol se konaly ve sjezdu z hory Mt. Tamalpais v Kalifornii (USA) v letech 1974 – 1976 (zdroj: XY). První oficiální mistrovství světa bylo organizováno UCI v roce 1990.

### **Cross Country Olympic** (XCO) video

Tato disciplína je klasickou disciplínou Mountainbikingu. Závody se odehrávají ve zvlněném terénu, charakteristické jsou krátké úseky prudkých stoupání a sjezdů. V dráze jsou také terénní nerovnosti, lesní cesty, technické úseky ve skalnatém terénu apod. Jedno kolo závodu je dlouhé asi 5-9km (viz obr. 1b9).

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

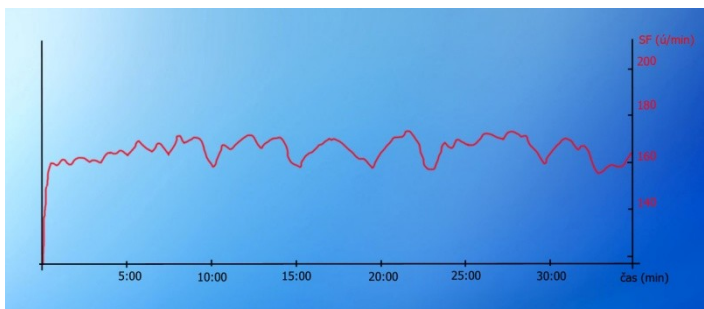
rozdělení disciplín, charakteristika



**obr. 1b9** – Trasa a výškový profil závodu světového poháru (SP) v disciplíně Cross-country Olympic 2012 zdroj: XY)

**obr. 1b10** – Jaroslav Kulhavý na OH v Londýně 2012 (zdroj: XY, autor: AP Photo/Sergey Ponomarev)

Závodníci většinou absolvují závod v určeném časovém resp. délkovém rozmezí 1h 45 min. – 2h 30 min. podle kategorií a momentálních povětrnostních podmínek. Tato disciplína je velmi náročná a většinu času se jezdci pohybují okolo 90%  $SF_{max}$  (maximální srdeční frekvence, viz obr. 1b11).



**obr. 1b11** - Průběh srdeční frekvence (úderů/minutu) v prvním kole olympijského závodu (Ned Overend, Atlanta 1996, zdroj: XY, upraveno )

Jezdci jezdí na lehkých, většinou neodpružených kolech o průměru kol 26 nebo 29 inch<sup>1</sup>. Jedná se o prozatím (2012) jedinou disciplínu Mountainbikingu v programu olympijských her (viz obr. 1b10)

### Cross Country Eliminator (XCE) video

Tato disciplína Mountainbikingu byla poprvé zařazena do programu mistrovství světa (MS) v roce 2012. Jedná se o sprinterskou soutěž, kombinaci nebo mezistupeň mezi tradiční XCO a závodem

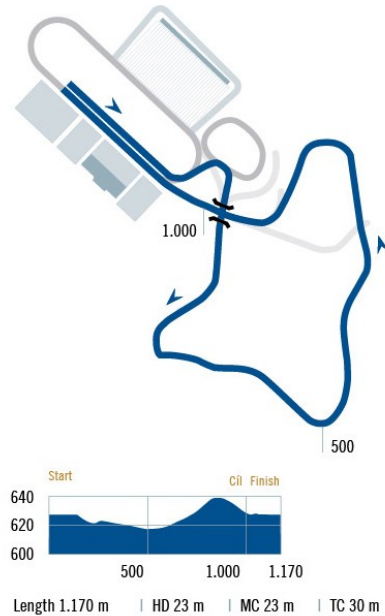
<sup>1</sup> Anglosaská jednotka „Palec“ (inch) je od roku 1959 definována jako 25,4 milimetru. (zdroj: <http://cs.wikipedia.org/wiki/Palec>)



## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

fourcross (4X). Z každé rozjížd'ky do dalších bojů postupují vždy 2 jezdci, kteří ve finále bojují o medaile. Závodní okruh má okolo 800 metrů (závod na MS 2012 v Leogangu 2x 560m, zdroj: XY). Profil trati je podobný jako u XCO (viz obr. 1b12), někdy je trať méně náročná. Z hlediska energetického krytí se jedná o opakovaný rychlostně vytrvalostní výkon. Podobně jako u sprinterských soutěží v běžeckém lyžování, i zde v cyklistice zavedení této disciplíny znamenalo uplatnění odlišných somatotypů jezdců a dalo vyniknout sprinterským schopnostem terénních cyklistů (viz obr. 1b13).



**obr. 1b12** – Trasa a výškový profil závodu světového poháru (SP) v disciplíně Cross-country Eliminator 2012 zdroj: XY)

**obr. 1b13** – Rozjížd'ka č. 2 v závodě SP XCE v Novém Městě na Moravě 2012 zdroj: XY, autor: Michal Červený)

### Cross – Country marathon (XCM) video

Tato disciplína je specifická v tom, že jezdci absolvují pouze jeden dlouhý okruh, žádnou pasáž tedy nevidí vícekrát. Celá trať je označena šipkami a symboly, podél trati jsou občerstvovací stanice a zdravotnické zabezpečení. Závodní pole se skládá jak z amatérů, příležitostných cyklistů, tak i profesionálů a specialistů závodních týmů. Společně tak všichni mohou poměřit síly na stejné trati, za stejných podmínek. Startuje se masově, což je poměrně takticky náročné, již v úvodu poměrně dlouhého závodu (průměrně okolo 60 - 120km, viz obr. 1b14) musí jezdec prokázat sprinterskou připravenost. Předjíždět lze totiž pouze v některých místech trati a pro zachycení úniků jsou úzké lesní pěšiny problematické (viz obr. 1b15). Závody se odehrávají většinou v horském terénu, jeho profil se většinou vyznačuje dlouhými výjezdy a sjezdy. Vzhledem k časové náročnosti (3-8 hod.) a únavě celé pohybové soustavy, volí jezdci buď pevná, nebo celoodpružená kola, která zabezpečí vyšší komfort jízdy. Energetické krytí je u maratónu podobné jako u závodu XCO, na rozdíl od něj musejí jezdci prokázat výkon delší a proto jsou k dispozici občerstvovací stanice, důležité je doplňování tekutin. Energeticky je závod také poměrně náročný. Podle Wirnicer a Kornexl (2008) jezdci absolvují trať maratónu v průměru okolo 80% své laboratorní  $SF_{max}$  (maximální srdeční frekvence).

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika



**obr. 1b14 – Trať a výškový profil maratonu Merida vysočina 2012** zdroj: XY)

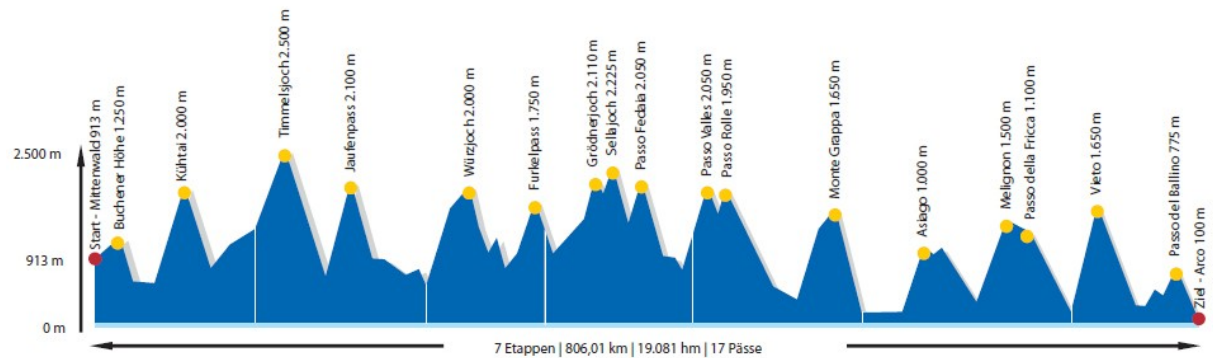
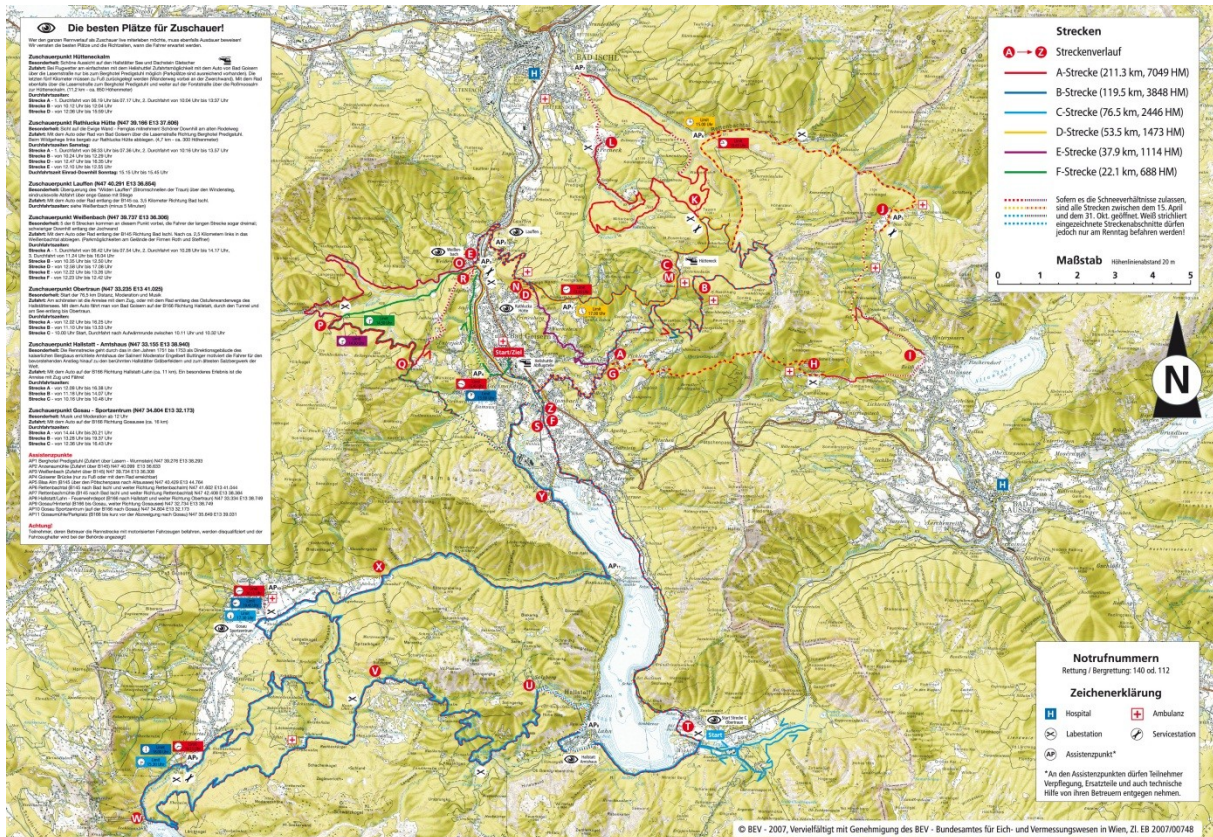
**obr. 1b15 – Urs Huber v čele Malevil Cup 2012 – mistrovství Evropy XCM.** zdroj: XY, autor: Michal Červený )

Za jeden z nejtěžších maratonových závodů je považována legendární [Salzkammergut Trophy](#). Start závodu je v brzkých ranních hodinách, nejdelší z tratí měří 211km, jezdci při něm překonají převýšení 7049m (viz tab. 1b4). V roce 2012 se hlavního závodu zúčastnilo 456 jezdců a nejlepším z 288 jezdců, kteří dorazili do cíle, se stal [Ondřej Fojtík](#) (CZE) v čase 10h 37min (zdroj: XY). Obdobou silničních etapových závodů jsou i etapové závody horských kol. Svým profilem a náročností odpovídají několika po sobě následujícím maratonům. Legendární a pro české jezdce úspěšná je například australská [Crocodile Trophy](#), za nejtěžší etapový mountaibikový závod světa je považován [Transalp challenge](#) (viz zdroj: XY, obr. 1b17). K hlavnímu, nejdelšímu závodu bývá obvykle přidruženo řada závodů (viz obr. 1b14, 1b16) o nižších distancích nebo soutěží pro děti (např. Salzkammergut Trophy čítá 6 závodů a Junior Trophy pro děti, viz tab. XY, zdroj XY).



# 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

## rozdělení disciplín, charakteristika



obr. 1b16 – Závodní trať Salzkammergut trophy 2012 (zdroj: XY)

obr. 1b17 – Profil hlavního závodu Salzkammergut trophy 2012 (zdroj: XY)

tab. 1b4 – Vítězové jednotlivých kategorií závodu Salzkammergut Trophy 2012 (zdroj: XY)

trasa	délka (km)	převýšení (m)	počet startujících/ dokončilo	jméno vítěze / ročník	čas
A	211,3	7049	443/282	Ondřej Fojtík (CZE)	1977 10:37
			8/5	Natascha Binder (GER)	1969 14:06

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

<b>B</b>	119,5	3848	847/748	Christoph Soukup (AUT)	1980	4:59
			45/9	Barbara Kaltenhauser (GER)	1977	6:21
<b>C</b>	73,6	2446	522/495	Hannes Fischbacher (AUT)	1972	3:22
			44/39	Lisa Pleyer (AUT)	1978	3:52
<b>D</b>	53,5	1473	1067/1029	Hochenwarter Uwe (AUT)	1986	2:16
			142/136	Christina Kollmann (AUT)	1988	2:40
<b>E</b>	37,9	1114	239/237	Christoph Mick (AUT)	1993	1:33
			74/67	Franziska Niederacher (AUT)	1995	1:59
<b>F</b>	22,1	688	221/216	Daniel Schemmel (AUT)	1997	0:56
			89	Katharina Glanz (GER)	1995	1:12

### **Downhill** (DH) video

Downhill je závod ve sjezdu na horském kole po předem upravené trati. Společně s XCO je součástí programu MS od prvopočátku (1990). Tratě o délkách okolo 3 km a převýšením okolo 600m, jsou plné terénních nerovností, přírodních nebo umělých překážek a skoků, které mnohdy převyšují 12m (viz obr. 1b18). Společně s dropy (prudká sníženina v terénu) je tato drsná trať zdolávána jezdci ve vysokých rychlostech okolo 70km/hod. Downhill je tedy nejrychlejší z mountainbikových disciplín, zároveň náročná na techniku jízdy a soustředění jezdců. Tratě a tudíž i závody se soustředí do tzv. bikeparků, většinou soustředěných do lyžařských středisek, které jsou vybaveny lanovými drahami pro návrat jezdců zpět na vrchol a kde jsou celoročně tratě provozovány pro účely sportovních soutěží nebo využívány [návštěvníky - sportovci](#) (např. Leogang, Val d'Isère, Fort William apod. viz zdroj: XY) K překonání nástrah trati v takové rychlosti musí jezdec prokázat výborné technické předpoklady, silové schopnosti a fyzickou kondici, to vše spojeno s obratností a soustředěním, které musejí jezdci přizpůsobit aktuálním přírodním podmínkám (jako např. [Dany Hart při své jízdě na MS 2011, Champéry](#))



obr. 1b18 – Aaron Gwin (USA) na trati závodu SP, Leogang 2011 zdroj: XY)



## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

Downhilové vybavení se od klasického mountainbikingového pojetí odlišuje především používáním celoodpružených kol tuhé konstrukce, integrální přilby a chráničů (viz kap. XY, resp. XY). Závody ve sjezdu jsou individuální jízdou jedince proti chronometru, po absolvování trati všemi jezdci je vyhlášen vítěz závodu.

### **Four-Cross** (4X) video

Soutěže této disciplíny se vyvinuly ze závodů v Dual Slalomu (DS), jež byly součástí programu MS od roku 2000 (Sierra Nevada). Jen dva roky poté (2002 – Kaprun) pak jezdci plynule přešli k podobné disciplíně Four-Cross (viz obr. 1b19). Principem této disciplíny je zdolat trať sjezdového typu s nerovnostmi, klopenými zatáčkami, skoky a v obvykle čtyřčlenném poli soupeřů obsadit první dvě místa. Vítěz finále je pak i celkovým vítězem. V této disciplíně jsou většinou specialisté, od DH nebo jiných disciplín se liší především možností kontaktu se soupeřem a z toho plynoucí modifikací taktiky, sprinty a využitím rychlostních schopností jezdce. V této disciplíně se používá většinou pevné, speciálně upravené horské kolo (viz kap. XY).



obr. 1b19 – Finále závodu 4X světového šampionátu v Leogangu 2011 zdroj: XY)

Mezi nejvýraznější osobnosti historie Mountainbikingu patří např. Alison Sydor (CAN), Paola Pezzo (ITA), Sabine Spitz (GER), Gun Rita Dahle (NOR), Thomas Frischknecht (SUI), Miguel Martinez (FRA), Brian Lopes (USA), Julien Absalon (FRA), Jose Antonio Hermida (ESP). Mezi přední jezdce patří i naši reprezentanti (viz tab. 1b5)

tab. 1b5 – Medailové úspěchy českých reprezentantů na MS Mountainbikingu (1990 – 2012) zdroj: XY)

jméno závodníka	disciplína	rok/umístění
Jaroslav Kulhavý	XCO	2011,/1;2010/2
Michal Prokop	4X	2011,2003, 2006/1;2010/2; 2004/3
Tomáš Slavík	4X	2010/1; 2012/3
Jana Horáková	4X	2004/1; 2010,2008/2;
Romana Labounková	4X	2012/2; 2010,2008/3
Jakub Říha	4X	2009/3
Kulhavý, Cink, Nash, Paprstka	XC <sub>starfety</sub>	2010/3

### **Cyklocross**

Oproti klasickým cyklistickým disciplínám se cyklokrosová sezona odehrává převážně v zimním období. Začíná v září a končí v únoru. Tato sportovní disciplína vznikla koncem 19. století ve Francii. S nápadem zimní fyzické přípravy bez využití koně v terénu přišel francouzský voják Daniel Gousseau. Jeho nadřízeným se nápad tak zalíbil, že tuto formu zlepšování fyzické kondice zavedli do plánů armádního tréninku. První závod (mistrovství Francie se konal v roce 1902, poté následovalo mistrovství v Belgii (1910), Švýcarsku (1912) a Lucembursku (1923). Cyklokros je podobný disciplíně XCO v Mountainbikingu. Jezdec na speciálně upraveném silničním kole jede závod, trvající asi 60 minut s dotací 1X kilometrů (stanoveno dle aktuálních podmínek a profilu trati). Na trase jsou prudké a krátké výjezdy, sjezdy, terénní nerovnosti, z nichž některé je nutno překovat pěšky s kolem na rameni nebo v ruce. První mistrovství světa se konalo v roce 1950 v Paříži (FRA). V současnosti musí být trať pestrá, podle regulí UCI musí jezdcí na jednom okruhu potkat jak asfaltovou silnici, tak i lesní a polní cesty (viz obr. 1b20). Obvykle měří okruh 2,5 – 3,5 km, sjízdný z 80 – 90% a čtyřmi přírodními nebo umělými překážkami (zdroj: XY). Podobně jako v XCO, mají i závodníci v Cyklokrosu povolenou technickou podporu na trati. Vzhledem k mnohdy těžkým podmínkám (např. [závod SP UCI Namur \(Bel\) 2011](#)) je náročnost závodu pro jezdce vysoká, z hlediska fyziologického podobná jako závody XCO. Nejúspěšnější jezdci cyklokrosu se rekrutují v tradičních zemích této disciplíny (BeNeLux, Německo, Francie) Mezi nejúspěšnější závodníky rané éry patří Eddy Merckx (Bel), Andre Dufraisise (FRA), Ronald Liboton (Bel), Sven Nijs (Bel). Mezi úspěšné patří i zástupci České republiky. V 90. letech 20. století Radomír Šimůnek, Karel Camrda, Petr Dlask a Zdeněk Štybar (mistr světa v letech 2008 – 2011).



**obr. 1b20** – Zdeněk Štybar ve vítězném závodě MS 2011, St. Wendel zdroj: XY, autor: Graham Watson)

### **Bicycle moto cross** (BMX) video

Bikros se zrodil koncem 60. let v USA. Absence vlastnictví řidičského oprávnění, nedostatek finančních prostředků a tehdejší popularita motokrosových závodů u teenagerů daly příležitost vzniku nového sportu, který tyto závody simuloval. Motocykl byl nahrazen kolem, byly vybudovány hliněné dráhy podobné těm motokrosovým. První závody se uskutečnily v roce 1971. První Mistrovství světa



## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

pořádané UCI se konalo v roce 1996 ve Velké Británii. Velkým přínosem pro BMX byl v roce 2003 vznik UCI BMX Supercrossů a zařazení tohoto sportu do programu Olympijských her v Pekingu v roce 2008.

### **BMX Supercross** video

BMX Supercross je individuální cyklistická disciplína, v níž jezdci mezi sebou závodí o to, kdo bude první v cíli. Závodníci jezdí na kolech, která mají průměr 20 palců a nejsou nijak odpružená. Z každé rozjíždky, v níž startuje obvykle 8 jezdců, postupují postupně do finále nejrychlejší 2-4 jezdci. Vítěz finálové jízdy je i celkovým vítězem. Atraktivitu sportu zvyšuje způsob jeho sledování. Jezdci se pohybují v areně na uměle vytvořené, náročné trati, měřící okolo 350m (viz obr. 1b21). Startovní věž je vysoká 6-8m, jezdci se po startu pohybují vysokou rychlostí (60km/h). Po startu následuje sekvence skoků, jejich délka mnohdy přesahuje 10m (viz obr. 1b22). Bikros je, stejně jako 4X, kontaktní sport a mnohdy jsou souboje nebo i jízdy provázeny pády. Hlavnímu závodu předchází kvalifikace, která je v některých soutěžích hodnocena jako samostatný závod.

BMX lze charakterizovat jako přerušovaný sprint, jedna jízda trvá 30 – 40sekund. V průběžných rozjíždkách i finálové jízdě však musí jezdec prokázat stabilní nebo stoupající výkonnost. Celý závod trvá 4-6 jízd, tj. zhruba 4 hodiny. Proto kromě výbušné síly, maximální síly a rychlosti, které jsou nepostradatelné pro rychlý start a akceleraci, je zapotřebí i rychlostní vytrvalost a obecná vytrvalost, aby byl závodník schopen absolvovat trať a každou další jízdu v plném nasazení, stejně jako zvládnutí techniky a dobré koordinační schopnosti. Základem úspěchu je především kvalitní výkon na startu, zvládnutí startovní techniky může činit až 80% úspěchu (zdroj: XY).



**obr. 1b21** – Supercrossová dráha MS v Pietermaritzburgu (SAE, zdroj: XY,)

**obr. 1b22** – Mariana Pajon BMX London 2012 (zdroj: The Washington Post)

Mezi úspěchy českých jezdců na MS a v BMX patří výkony Jany Horákové - 3.místo v.r. 2003 a 2007, Michala Prokopa – 1. BMX UCI Ranking 2004; 2. BMX SP<sub>celk.</sub> 2006 a Romany Labounkové - 3.místo 2012. (zdroj XY, XY).

### **BMX freestyle**

Freestylové disciplíny BMX jsou charakterizované sestavou figur nebo skoků. Freestyle disciplíny se liší prostředím, kde se triky provádí. Na volném prostranství, překážkách nebo rampě. Tradičním Obdobou OH nebo MS je v extrémních sportech [Xgames](#). Mezi freestylové disciplíny patří: Park, Vert, Flat, Street a Dirt.

### **Trial - Biketrial**

Trial je disciplínou, v níž se jezdci musejí dostat přes překážky, které jsou seskupeny do sekcí, aniž by se dostali do kontaktu se zemí. Za dotyk nebo šlápnutí jsou udělovány sankce. Mezi obvyklé překážky patří skály, kameny, kmeny stromů, mohou však být i umělé (krabice, auta, apod.) Jezdec, který v součtu všech sekcí nasbíral nejméně trestných bodů, zároveň dráhu závodu absolvoval nejrychleji, se stává vítězem celého závodu. V této disciplíně jezdci startují ve dvou odlišných kategoriích podle typu použitého kola 20 nebo 26 palců. Sport vznikl jako alternativa mototrialu. První mistrovství světa v této disciplíně se konalo roku 1984 (zdroj: XY). Mezinárodní biketrialová unie (BikeTrial International Union - BIO) rozděluje tituly mistrů světa v devíti věkových kategoriích. Soutěží se účastní i ženy (zdroj XY). Trial je disciplínou, která klade důraz na schopnosti rovnováhy a koncentraci. Jízdní kola jsou neodpružená, konstrukčně modifikovaná především se silnými brzdami, širokými řídkami, bez možnosti změny převodu (single speed) a bez sedla. Mezi přední světové jezdce historie se z českých zástupců řadí především Josef Dresler, který stál i u zrodu sportu na světové scéně a Martin Šimůnek. Trialové soutěže jsou společně s XCO, XCE, 4X a DH součástí každoročního [Mistrovství světa UCI](#). Závody XCM byly součástí pouze v r. 2003, od roku 2004 mají samostatný termín i místo konání.

### **Indoor cycling** video

Cyklistické disciplíny, které se konají v uzavřené hale, jsou krasojízda a kolová. Krasojízda je sportem, který je podobný krasobruslení nebo gymnastice. Na speciálně upraveném kole předvádějí soutěžící 5ti minutovou jízdu, za kterou dostávají od rozhodčích bodové ohodnocení (např. [jízda Carly a Henrietty Hochdorfer na ME 2009](#), Heerlen (NED). Soutěží se v jednotlivcích, párech, čtyř nebo šesti členných týmech (zdroj: XY). První neoficiální mistrovství světa bylo v r. 1888 (Kaufmann's Cycling Beauties). Od roku 1956 bylo poprvé organizováno UCI a od roku 1970 se jej účastní i ženy. Velkou popularitu zaznamenává tento sport v Německu (viz obr. 1b23).



## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

rozdělení disciplín, charakteristika

**obr. 1b23 – Kaufmann's Cycling Beauties** (zdroj: XY, pramen: XY)

**obr. 1b24 – Bratři Pospíšilové s trenérem Harhem** (zdroj: XY, autor: Jaroslav Legner, deník Sport)

Kolová je čistě mužský sport, v němž se ve dvoučlenných týmech snaží hráči umístit míč, pouze za pomoci kola, do sítě soupeře. Kola, která se podobají silničním, jsou upravena pro potřeby manipulace a rychlých obrátů na malém prostoru. První MS se konalo v roce 1930 a velký díl titulů mistrů světa, konkrétně 20 získali pro tehdejší Československo (v letech 1965 – 1988) bratři Jindřich a Jan Pospíšilovi (viz obr. 24, zdroj: XY).

Dalšími sporty, které využívají jízdní kolo, jako prostředek k soutěžení, jsou: Triatlon, X-terra, MTBO (orientační jízda na horském kole) a další podobné extrémní závody, např. [Bikeadventure](#) nebo [Adrenalin Cup](#), [Dolomitenmann](#) apod.

**zdroje**

### Zdroje informací

#### Literatura

1. Beneš, M. (2012). *Historie největších silničních etapových cyklistických závodů* (diplomová práce) Masarykova univerzita, Brno, Česká Republika. (shXY,)
2. Hřebíčková, S. (2010) *Objektivizace vybraných komponent limitujících rozvoj cykloturistiky* (disertační práce) Masarykova univerzita, Brno, Česká Republika.
3. Hyrák, L. (2012). *Historie Mountainbikingu* (bakalářská práce) Masarykova univerzita, Brno, Česká Republika.
4. Ondráček, J. Hřebíčková, S. (2007). *Cykloturistika* (1. vyd.) Brno: Masarykova univerzita

#### Elektronické zdroje

5. XY

#### Materiál k dalšímu studiu

Publikace UCI – Cyklistika: jeden sport, 8 disciplín

<http://www.uci.ch/Modules/BUILTIN/getObject.asp?MenuId=MTk3OA&ObjTypeCode=FILE&type=FILE&id=NjE3OTk&LangId=1>

Publikace UCI – pravidla závodů Mountainbikingu

## 1a. Cyklistika jako sportovní disciplína

---

rozdělení disciplín, charakteristika

<http://www.uci.ch/Modules/BULLETIN/getObject.asp?MenuId=&ObjTypeCode=FILE&type=FILE&id=34424&LangId=1>

Downhill – bikeparky, **BP Zelený**, **BP Ivan Vrba**

Cyklo-cross

[http://www.cyclingrevealed.com/cyclocross/Intro\\_CX.htm](http://www.cyclingrevealed.com/cyclocross/Intro_CX.htm)

Kolová

<http://www.radio.cz/cz/rubrika/sport/ceska-kolova-se-vraci-na-stupne-vitezuv>