



Záříjové události

14. září proběhlo další jednání **Výkonného výboru ČSOS**, zveřejněny byly důležité informace o Valné hromadě ČSOS, úpravě rozpočtu a další, více v **[zápisu](#)**.

16.–18. září hostilo Bulharsko **SP dospělých a šampionát U23 v MTBO**, dále také MS veteránů:

- Sprint: 1. Vojtěch Ludvík, 3. Martin Kanta
- Long: 1. Vojtěch Ludvík, 2. Jan Hašek (U23)
- Sprintové štafety: 1. ČR

Česko se stalo celkovým vítězem soutěže týmů pro rok 2022, mezi muži SP kraloval Kryštof Bogar a 2. skončil Vojtěch Ludvík.

17.–18. září se běželo **MČR na klasické trati v OB**, zlaté medaile si odváží Tomáš Krivda a Denisa Kosová (**[reportáž ČT sport](#)**).

19. září vyšly další letošní **Metodické listy ČSOS**. Najdete v nich např. podklady pro dětský závod nebo luštění pro mapový trénink.

22. září byla nasazena **nová verze Tréninkáče**, tréninkového deníku pro všechny. Nově je možné rozdělovat aktivity, opraveno bylo zobrazování trasy na mapě.

O-knihy 2022: Objednávky spuštěny

Letošní rok byl plný úspěchů - máme mistra světa v MTBO, dvě medaile ze Světových her a štafetové stříbro z orientáckého ME. O-kniha 2022 na více než 200 stranách zachycuje to nejlepší ze sezóny 2022!

- Objednávky do 15. října za 400,- Kč v **[OBchůdku](#)** ČSOS.



Výsledky Českého poháru v OB a MTBO

Zaostřeno na říjen

1.–3. října proběhlo ve Švýcarsku **závěrečné kolo SP v OB**. Jak se dařilo našim?

- Štafety: 4. ČR (muži i ženy)
- Krátká trať: 10. Tereza Jasnošíková, 12. Vojtěch Král
- Klasická trať: 7. Tereza Janošíková, 10. Tomáš Krivda, 15. Miloš Nykodým

2. října zakončilo sezónu **MTBO MČR družstev**, mezi dospělými zvítězil tým Tesly Brno.

8.–9. října je na programu **MČR štafet a klubů v OB** u Dvora Králové, součástí bude také autogramiáda reprezentantů, více na **[webu](#)**.

12. října proběhne další **jednání Výkonného výboru ČSOS**.

14.–16. října se v Kladně uskuteční **MTBO akademie pro mládež** zaměřená na výuku techniky jízdy na kole. Přihlášky jsou do 3. října v **[ORISU](#)**.

15. října je na programu **poslední termín Srovnávacích testů mládeže 2022**, který proběhne v Pardubicích, více na **[webu](#)**.

22. října bude pro zájemce připraven celodenní **workshop Tejpování a regenerace** od **GemMedical**. Proběhne v Praze a přihlášky probíhají do 16. října přes **[ORIS](#)**.

29.–30. října zakončí letošní sérii **Czech O-Tour** dva závody na Kokořínsku v dějišti klasiky a štafet MS 2021.

Příručka pro všechny – Jak na první orienták

Obsáhla metodická příručka, která je určena pro nováčky, kteří se chystají na svůj první závod. Obsahuje nejrůznější tipy jako jsou: přihlášení na závody, jak funguje start, jak se chovat na shromaždišti, ...

- **[Příručka Jak na první orienták](#)**



Podzimní závody zakončily ČP v OB i MTBO. Nejlepšími orientačními běžci jsou Denisa Kosová a Tomáš Krivda, v MTBO jsou vítězi Martina Tichovská a Vojtěch Ludvík. Kompletní pořadí: [OB](#), [MTBO](#).

Nejnovější články o OB

Svět běhu:

- [Jak trénují orientační běžci mapu?](#)

RUN magazine:

- [4. MČR, 4 vítězství – 23letý Tomáš Krivda se zapíše do historie](#)
- [Připravuje se Světový pohár v orientačním běhu na Českolipsku: 4 závody pro elitu i hobyky](#)

O-víkend

Jedno město. Jeden víkend. Jedna parta. **O-víkend**. Na jednom místě se během jednoho víkendu sjede celá komunita orientačních sportovců. Vyhlášení těch nejlepších, workshopy, závod nebo ples O-Gala Buď přímo u toho. Letos 25.–27. listopadu v Chotěboři.



Přihlášky na STK zahájeny.

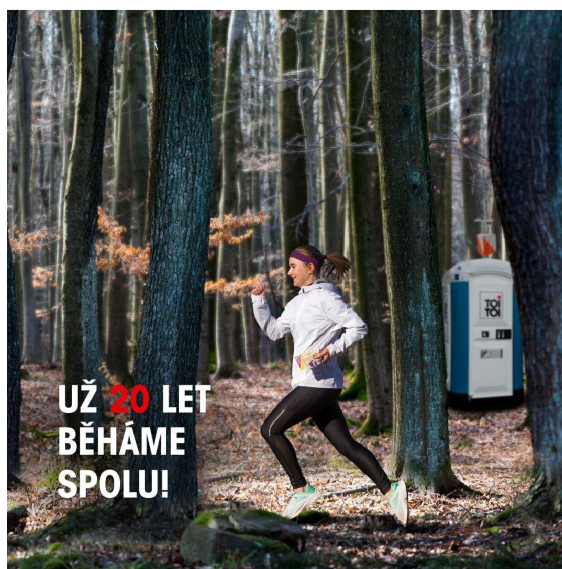
Oblíbené stacionární tréninkové kempy v mládeži pokračují. Již nyní byly spuštěny přihlášky na LOB akademii v Mísečkách, více na [webu](#).

Newsletter Českého svazu orientačních sportů říjen 2022. Vychází měsíčně. Další číslo vyjde 7. listopadu.
Kontakt: [\[email protected\]](#)

Český svaz orientačních sportů, Zátokova 100/2, Praha 6 - Břevnov, 169 00, Czechia
[Odhlášení z odběru Newsletteru ČSOS](#)



**VY BĚHÁTE K NÁM,
A MY BĚHÁME ZA VÁMI...**



**UŽ 20 LET
BĚHÁME
SPOLU!**



Hrdý partner orientačního běhu

TOI TOI, sanitární systémy, s r.o., Pražská 264, Slaný
+420-312 527 488, 312 520 818, 312 520 819
[www.toitoi.cz](#)