

**KUFR**  
Klub Úplně Fantastické Rekreace

**DUHA - ÚSVIT**  
sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a rekreaci

11  
2006

# ZPRAVODAJ

*KUFR a ÚSVIT*

v listopadu a prosinci 06

- každé úterý
  - Kufř v sauně
- 11.11. – sobota
  - Martinský pochod
- 16.-19.11. – delší víkend
  - CVVZ 2006
- 23.11. – čtvrtek
  - Schůzka v klubovně
- 24.-26.11. – víkend
  - Relax
- 1.12. – pátek
  - Valná hromada
- 9.12. – sobota
  - Druhý sníh
- 22.12. - pátek
  - Noční přechod
- 26.12. – úterý
  - Štěpánský pochod



# Úvodem

Milí přátelé,

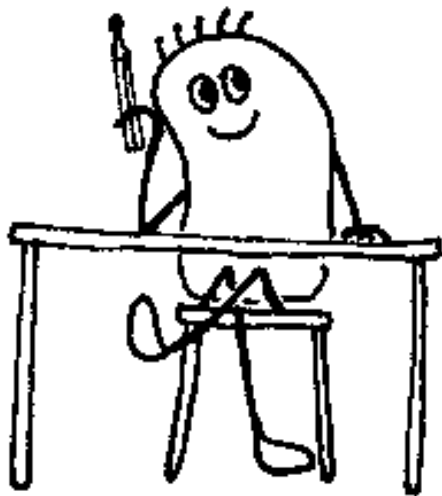
Je to naprosto neuvěřitelné, ale listopadový úvodník za mě napsal samotný pan Kufr. Pro upřesnění – Kufru si všimla paní Archa – což je časopis Ministerstva školství a mládeže a poslala Kufru pár otázek a Kufr tedy v dopise odpovídal. Poslal mi kopii svých řádek, a tak jsem si řekla, že jeho článek by nebyl vůbec špatným úvodníkem, zvláště pak v čase před Valnou hromadou, kdy je dobré si připomenout, jak historii, tak současnost Kufru.

Také Kufr, stejně jako jeho pan předseda, nectí naprosto interpunkci, používá šílená souvětí ... a vůbec ... že by měli oba něco společného ...??? Oba mi vždy dávají svými články zabrat. Ale dost řeči, začtěte se do dopisu Arše.

Haló, haló.... Tady KUFRA... Zdravím ARCHU a pokusím se odpovědět na Tvé otázky, i když se zpozděním.

Snad to bude Tvoje čtenářstvo zajímat. Jsem občanské sdružení regionálního charakteru, i když do regionu občas zabrousí i některé dušičky ze vzdálené Prahy. Region, ve kterém působím, je centrum Moravského Slovácka, což, jak všichni víte, je Uh.Hradiště a široké okolí, no, v podstatě Zlínský kraj. Kufr je zkratka strašně dlouhého názvu - Klub úplně fantastické rekreace a moje curriculum vitae (jak praví latiníci) je celkem jednoduché. Oficiálně jsem vznikl v květnu r.1990, kdy se sešla parta (po našem partyja)

lidiček, kteří už léta předtím jezdili na hory, lyžovali, splouvali řeky, hráli softball a pořádali pro děcka tábory a tuto svoji činnost museli, jak se u nás říká, za komančů kuklit pod různé podivné spolky. No a po revoluci se rozhodli vzít svůj úděl do vlastních rukou, a tak jsem vznikl Já – Kufr. No, název se rodil těžce a i přes počáteční rozpaky (protože my jezdíme zásadně s batohem) se vžil a momentálně název Kufr a pro členy výraz - Kufřáci je v regionu celkem známý pojem. Těžiště mojí činnosti se za uplynulých 16 let v podstatě nezměnilo – je to turistika i vysokohorská (na Slovensko jsme měli a naštěstí stále máme kousek), v posledních 10 letech



se velmi intenzivně přidala cykloturistika, lyžování, jak sjezdové, tak nádherné běžkování, vodáctví, trochu horolezení, ringo a nějaké společenské akce, třeba country bál. Jsem samozřejmě sdružení velmi demokratické, otevřené nejen pro členy, ale i pro širokou, dlouhou a bystrozrakou veřejnost. Členská základna, která se každý rok obnovuje, jelikož dle stanov je členství jednoroční a po valné hromadě se musí pokaždé obnovit (tzn. vyplnit přihlášku a zaplatit členský příspěvek), se zase tak moc nemění a v současné době máme 204 členů, z toho dětí 72 a mládeže do 26 let 29. Samozřejmě musím přiznat, že počet členů klesá, ale nevidím to zas tak tragicky. Hlavní příčina asi je, že nabídka možností na trávení volného času je všude v okolí přepestrá a počítače nám odkrajují také nějaký díl času, hlavně u mládeže. A co by si měl nový adept klubu zabalit do pomyslného kufříku? No do kufříku nic, ale do batohu dobrou náladu, být připraven na vše možné i nemožné, určitě dobré oblečení (jelikož není špatné počasí jsme jen špatně oblečení, jak hlásá známý slogan), trochu fyzicky (není podmínkou - Kufráci Tě v nouzi donesou až nakonec světa), mít snahu udělat něco pro druhé a pleskačku vrcholovky (přeložím pleskačka po česky je placatice a vrcholovka je nápoj vyrobený ze zdravého ovoce pálením - destilací, nejlépe slivovica). Samozřejmě vrcholovka se používá jen při dobytí vrcholu nebo při krizové situaci a zásadně pod dohledem lékaře. Program Kufru je celoroční, celkem pestrý a obsahuje přibližně 35 akcí. K nejúspěšnějším akcím se řadí běžkařský víkend v Kremnických horách (trať Bílé stopy), týdenní pobyt na horách o jarních prázdninách, dlouhý víkend na kolách (v období svátků Cyrila +J.Husa) - Ioni Šumava, letos Jizerky a příští rok se chystáme do Rakous do oblasti Zeel am Zee, tradiční Odysea (týden strávený turistikou, cykloturistikou a vodáctvím) - letos v Česko-saském Švýcarsku, je to akce určená hlavně pro rodiče dětmi, bonbónek bylo splutí Salzy a v září Chorvatsko na kole, a abych nezapomněl v říjnu míváme tradiční Burčákový pochod, no velmi zajímavá akce. A podle mého názoru tradiční a nejlepší jsou Vánoce na horách, týden lyžování, her a večerních programů tvořených účastníky, no pohoda, pohoděnka.

Zkusím přidat nějakou zajímavou historku (jak říkám z natáčení), kterých byla samozřejmě spousta, ale zrovna mně - ehm, ehm - žádná nenapadá. No jedna by tu byla... Pádíme na běžkách po krásně nažehlené stopě z Pusteven s cílem dorazit až do V.Karlovic, první zastávka je Martiňák - polévka, čaj, pívko a hurá dál, ovšem ouha jednomu členu výpravy chybí před hospodou běžky, no ne, jedny tam



jsou, úplně stejná značka, našťestí i stejné vázání, ale délka a barva jsou poněkud jiné. Co se dá dělat, do cíle daleko, tak šup do nich a už se za nama práší. V podvečer nás čeká v Karlovicích autobus, sedíme kecáme a čekáme na poslední opozdilce, když se do autobusu vřítí osoba z běžkami podpaží a volá: „Dožeňte ten autobus, co právě odjel beze mne ... Jsem jejich vedúcí“ Tož říkám: „Strýcu klid, máte mobil, tak jim brkněte, ať vás počkají třeba ve Vsetíně, my za chvílku vyrážíme“. A naráz se ze zadu autobusu ozve: „Běžky, on má moje běžky!“ No a byla to opravdu pravda. Nejen, že strýc vedúcí si nechal ujet autobus, ale z Mariňáku jel na cizích běžkách, aniž by o tom věděl. Výměna běžek proběhla rychle a ve Vsetíně jsme strýca vedúcího radši osobně přesadili do jeho autobusu. A pak, že náhoda neexistuje.



Samozřejmě, že při naší činnosti spolupracuji i s jinými sdruženími. Nejužší spolupráce se uskutečňuje s DUHOU resp dužinou Úsvit v Uh.Hradišti. Sdílíme spolu klubovnu, tvoříme spolu plány činnosti, vzájemně si pomáháme při jejich organizaci, společně vydáváme zpravodaj a také spolu koordinujeme nákup sportovního materiálu. Dále

spolupracujeme také s KČT v Uh.Hradišti, zde se však spolupráce odehrává jen ve vzájemném informování o pořádaných akcích. A co máme za lubem příští rok? Tak plán akcí je hotov, je jich celkem 36 a z novinek je tam zdolání ferat v oblasti Raxu v Rakousích a cyklistika v oblasti Zell am See (jinak pěkný nářez, během 4 dní 5x výjezd z doliny nad 2000 m.) A co ještě jako Kufr bych chtěl dodat-propagaci provádíme pro členy pravidelným měsíčním zpravodajem, pro ostatní vývěsní skříňkou ve městě a letos jsme rozjeli naše stránky na [www.kufr-usvit.cz](http://www.kufr-usvit.cz), tož se na ně mrkněte, tam je skoro všechno. Kufr je financován (no celkem těžce, jak jinak) z vlastních zdrojů, dotací města Uh.Hradiště a dotací MŠMT. Vlastníme také vlek na kola, vlek na loď - vše za autobus, několik raftů, lodí a různý turistický materiál a vše samozřejmě půjčujeme.

Nakonec přeju sobě i svým členům ještě dlouhá léta činnosti a nevšedních zážitků.

Tak ARCHO Ahoj

Váš KUFR

Ps. Jak jste si na obalu všimli, jedná se mimořádně o dvojčíslo zpravodaje 11+12/2006... takže před Vánocemi už Vám psát nebudu, tak Vám už teď chci popřát co nejklidnější konec roku a zdraví v roce příštím... a také pohodu a zajímavé zážitky, třeba i s Kufrem a Úsvitem...

Soňa

# Relax víkend v Bílých Karpatech

Ahojte všichni,

Tak už opět chystáme víkendovou akci, na které si doufám všichni odpočineme, vyřádíme se a poznáme zas něco nového...

V pátek budeme hrát hry na poznání sebe sama... pak si dáme dátomasalový večer s hraním, zpíváním a povídáním... Sobotní dopoledne bude minipřednáška o **jídle, metabolismu, reflexní terapii a bylinkách**... bude zaměřená hlavně na to, jak rozumět svému tělu a umět si sám sobě pomáhat... odpoledne si užijeme **saunu a pořádné masáže** : )... a večer budeme **čajovat, hrát na bubínky a tibetské mísy**... možná dorazí i František a udělá čajový obřad... V neděli ráno budeme provádět nácvik **dlouhého spánku** : ) a vyvalování se v teplém spacáku... pak si trochu zacvičíme a když bude sníh, půjdeme saňovat nebo se projít ven ...

**Termín:** 24. – 26. listopadu 2006

**Místo konání:** Chata u Lopenického sedla

**Odjezd:** Vlakem 15:29 z Hradiště do Bojkovic, kde přeseďme na autobus 16:27 na Vápenice, Mikulčín vrch rozc. Odtud asi 1 km půjdeme pěšky.

**Návrat:** v neděli 16:52 do Uherského Hradiště

**Strava:** zajištěna od pátečního večera do nedělního oběda

**Účastnický poplatek:** 200,-Kč

**S sebou:** spacák, karimatka, hygiena, psací potřeby, čaje – máte-li nějaký obzvlášť oblíbený, hudební nástroj (i rolničky, hrkátka, chřestítka), ručník a prostěradlo nebo plavky do sauny – je to suchá dřevěná sauna cca pro 7 lidí, takže se tam budeme střídat; masážní olej (může být i olivový olej na vaření) nebo krém...

Na chatu půjdeme kus pěšky, takže si to sbalte nejlépe všechno do jednoho batohu.

**Přihlášky:** U Soni na tel  
604 604 329 do pondělí  
20.11.2006.



Ahoj tam : )

Pavla

# Valná hromada – změna termínu

VH Kufru a slavnostní shromáždění dužiny Úsvit se letos uskuteční v **pátek 1.12. 2006** v sále kulturního domu v Mařaticích – tam jako loni a předloni. Prezence bude začínat v 17.30 hodin. **S vedoucími z Úsvitu a staršími náctiletými opět počítáme do organizace** – takže všichni pomocníci budou mít **sraz dříve – v 16.30 hod.** Budeme chystat sál a další potřebné věci. Tož přijďte v hojném počtu.

## Noční přechod

Ahoj všichni otrlí turisté, recesisté, milovníci dlouhých večírků a nejdelších nocí...

Už je to opět tady! **5. ročník** nočního pochodování od soumraku do úsvitu jednou z nejdelších nocí v roce je opět připraven, čekáme už jen na tu

dlouhou –  
předlouho  
u noc.  
Loni nás  
odradil  
uragán  
přecházejí  
cí přes  
naše



území, tak snad letos to bude zase v pohodě.

**Termín:** pátek 22.12. – sobota 23.12.2006

**Sraz účastníků:** na autobusovém nádraží UH v 16.00 hod.

**Odjezd:** v 16.10 hod. do Polešovic

**Trasa:** Polešovice – Velehrad přes Chřiby. Zastávky v Polešovicích u Hrolétalů a v Osvětimanech v hospodě.

**Návrat:** v sobotu nad ránem...

**Vybavení:** Dobré a pohodlné obutí, teplé oblečení. Dostatek tekutin a jídla na celou noc, čelovky či baterky, dostatek sil fyzických, ale hlavně těch psychických. Předpokládaná délka trasy bude 45-50 km.

Na samém začátku zimy ahoj

AVDA

# Různé

## CVZ

Za Úsvit se do Ostravy vypraví 7 vedoucích a instruktorů, snad přivezou inspiraci do dalších let naší činnosti.

## Schůzka

Schůzka se uskuteční opět ve čtvrtek – **23.11.2006** v 16.00 hodin. Opět ji povede Jirka Hron a tématem bude příprava na turnaj deskových her, který proběhne pravděpodobně v lednu či únoru.

## Co dělal Úsvit v říjnu

Pár odvážlivců vyjelo lézt na cvičitelskou skálu do Chřibů. Bylo sice chladněji, ale užili si to. Na konci měsíce proběhla akce na Modré. Účast dětí a mládeže byla malá, ale atmosféra příjemná a jistě to stálo za to s Avdou zase jednou vyjet. Také proběhla schůzka s deskovými hrami.

## Co se bude dít v lednu

Měl by proběhnout výlet do Delfína do Brodu a na konci měsíce Úsvitcon.

# Martinský pochod

## aneb přes vrcholy jižní části Chřibů

Příznivce pěší turistiky zvu na pozdně podzimní procházku cestou necestou přírodou Chřibů

**Termín:** 11.11. 2006

**Odjezd:** v 7.40 hod z autobus.nádraží do Osvětiman

**Trasa:** Osvětimany – Sismundova skála – Klimentek – Kazatelna – Ocásek – Hroby – Pila – Holý kopec – Buchlov – Barborka – Buchlovice (hody) - cca 20 km

Další informace na telefonu 777 767 299.

Na Vaši účast se těší (pokud nebude pršet)

Lad'a Plch

# Valná hromada – změna termínu

Podle čl. 4.1. stanov Klubu úplně fantastické rekreace svolává předseda klubu **17. valnou hromadu klubu**. Taktéž vedení dužiny Úsvit zve své členy na každoroční **slavnostní shromáždění**.

**Termín: PÁTEK 1.12.2006**

**Místo konání:** sál kulturáku v Mařaticích (naproti staré základní školy)

## Program:

17.30 - 18.00 - prezence

18.00 - zahájení schůze

- schválení programu VH
- volba řídicího VH
- schválení jednacího řádu a volebního řádu dužiny Úsvit.
- volba pracovních komisí
- úvodní projev předsedy klubu a dužiny Úsvit k výročním zprávám
- zpráva hospodářů obou organizací
- projev předsedy dozorčí rady a revizní komise Kufru
- diskuse k činnosti klubu 2006
- zpráva mandátové komise
- usnesení k činnosti 2006
- návrh na výši členských příspěvků, poplatky za zpravodaj
- představení kandidátů na předsednictví Kufru a dužiny Úsvit
- **přestávka** - občerstvení - registrace na rok 2007, volba předsedů obou organizací
- návrh programového prohlášení klubu a dužiny na rok 2007
- zpráva mandátové a volební komise o výsledcích voleb
- představení zvolených funkcionářů a jejich týmů
- diskuse k programovému prohlášení 2007
- usnesení k programu 2007
- závěr

V sále se pak uskuteční od 20.00 společenský večer s tancem a **tombolou**, Hraje skupina **Skaláci**. Večere bude stát 40 Kč – proběhne po skončení VH.

**Návrhy na předsedy** jednotlivých orgánů podávejte do čtvrtku 30.11.2006 k Mílovi Špiritovi... písemně na adresu klubovny – Palackého 293, Uh. Hradiště.

Materiály k VH budou ke stažení týden před VH na kufrových stránkách, včetně přihlášky a programových návrhů apod. V papírové podobě obdržíte výroční zprávy, pokud přijdete na VH osobně.

Na setkání se těší

Vedení



# Druhý sníh

Jelikož první sníh letos napadl již začátkem listopadu, na začátku prosince může přijít už jen ten druhý.... Už se opět jistě těšíte na zaváté stopy, zasněžené stromy, mráz lezoucí pod kůži, pohyb venku, posezení v teplých hospůdkách a spoustu dalších přírodních krás? Věřte nebo nevěřte, už je to nadosah, na dohled...ano, ano zima klepe na vrátka a to doslova... A my Vás tradičně zveme na hřebenovou túru a na první lyžařské radovánky do Vranče a okolí...

**Termín:** sobota 9.12.2006.

**Doprava:** Autobus odjíždí od zdravotní školy v 7.30 hodin.

**Účastnický poplatek:** 150,- Kč.

**Program:** Sjezdování pokud bude sněhu dost na Kohútce.

Běžkaři půjdou klasickou túru Vranča – Portáš – Malý Javorník – Velký Javorník – Kasárna a zpět. Délka tratě asi 30 km. Kdo se necítí, může se otočit i dříve a tím túru zkrátit.

Z hřebene Javorníků jsou nádherné výhledy na Moravu i Slovensko.

**Přihlašujte se do čtvrtka 7. prosince** do 18.00 hod. Zoji do práce – telefon: 572 585 138 nebo na mobil: 732 461 483. Při přihlašování zanechejte kontakt na sebe, abychom Vám v případě zrušení akce dali včas vědět. Akce se totiž samozřejmě koná v případě dostatku druhého sněhu.

Ahoj v na sněhu

Zoja a Rychlá rota

# Štěpánský pochod

- tentokrát z Popovic přes oblíbenou hospůdku U kameňa v Javorovci do Uherského Hradiště.

**Odjezd:** 26.12.2006 v 10.27 hod z vlak.nádr.v UH bez přesedání do Popovic (10.11hod ze St.Města, 10.31hod z Kunovic)

**Trasa:** Popovice – rybníky – střelnice – Javorovec (občerstvení) – Rovnina (rozhledna) – Černá hora (kaple sv.Rocha) – UH

V případě deště se nejde, pokud by bylo hodně sněhu vezměte běžky.

Zváni jsou všichni, komu se už nebude chtít vánočně lenořit a budou mít chuť se trochu protáhnout a pokecat.

Bližší informace na telefonu 777 767 299

Laďa Plch

# Různé

## Sauna

**Pozor, pozor!!!** Počínaje měsícem listopadem opět jsme začali tradiční saunování. Opět chodíme do sauny na zimáku **v úterý od 18 do 20 hodin**, ale jelikož sauna podražila, letos budeme za vstup vybírat 60 Kč za dospělé, 30 Kč za děti a mládež (ceny jsou samozřejmě pro členy Kufru). Termíny prosincové sauny: 5.,12.,19.

## Změna grafiky zpravodaje

Od ledna nás čeká nový kabátek zpravodaje. Postará se o to Pavla Jurigová. Tož se všichni těšme.

## Tombola na VH

Stejně jako v minulých letech, bude Valná hromada zpestřena tombolou. Každý, kdo bude chtít nějakým tím dárkem přispět, ozvěte se Máši na tel 572 578 075 nebo přímo přineste dar na místo konání VH.

## Setkání vedoucích

Nakonec nebylo ani na Lyžařské chatě v Nezdenicích, ani ve Sportovní hale v Bojkovicích. Vzhledem k různým komplikacím, kdy někdo mohl jenom v pátek, jiný zas jenom v sobotu, další měl problémy s dopravou atd., jsme jednání přesunuli na sobotní dopoledne do Kufrovny.

Udělalí jsme dobře. Vzhledem k zimnímu počasí, které ten víkend panovalo, by nám možná bylo na chatě krušno. V Kufrovně bylo příjemně teplo a sucho, Máša a Soňa zajistily občerstvení. Sešlo se nás tam devět a pracovali jsme velmi pilně. V první části jsme projednali ekonomické výsledky jednotlivých uskutečněných akcí, pak jsme se zabývali příčinami, proč jsme museli některé plánované akce zrušit. V další části jsme zpracovali plán akcí na příští rok. Děkuju všem, kteří se setkání zúčastnili, za aktivní zapojení, i těm kteří nemohli přijít, ale aspoň meilem nebo telefonicky dodali svoje příspěvky do plánu akcí.



Míla

## Plán akcí KČT na měsíc prosinec 2006

### 2.12. Mikulášský „jarmek“ ve Val.Kloboukách

T.Temel

Možnost vycházky na rozhlednu na KRALOVCI ( 12-15 km)

Odj. UH V 5.31h ( 7.12h ) do Val.Klobouk

### 9.12. VÁNOČNÍK v Javorovci (11 km)

E.Hohausová

HRADČOVICE-MOHYLOVÉ HROBY-JAVOROVEC

Přihlášky se zálohou 60 Kč do 4.12.2006 u paní Bergerové nebo na sobotní vycházce

Odj.: UH V 9.12h do Hradčovic

### 16.12. Kolem Sv.Antonínka (14 km)

T.Temel,J.Prášek

Kunovice-Ostr.Lhota- Sv.Antonínek-Blatnice (v.sklep)-nádr.Blatnice (Uh.Ostroh)

Odj.: Sraz Kunovice vlak.zastávka 8.45h

### 26.12. Štěpánský pochod

Akce KČT

Kyjov

Odj.: UH V 6.38h přes S.M a Mor.Písek do Kyjova, UH V 6.54h do Kunovic a

Kyjova

### 30.12. Předsilvestrovský výstup na Brdo

V.Plch

Odj.: UH A 8.30h na Salaš

### 1.1.2007 Vítání nového roku na CIMBURKU

Akce KČT

KYJOV

Odj.: UH A 6.55h do Osvětman

## Outdoorový koutek

Jak jsem Vám v minulém čísle slíbila, přináším Vám první příspěvek Jirky Hrona ke sportovnímu vybavení. Témata si bude volit sám, dnes zvolil téma aktuální a jsou jím:

### LYŽE - sjezdové

Přeju Vám dobrou chuť, pokud právě obědváte... Soňa mě požádala, abych napsal do zpravodaje pár řádek o sportovním vybavení. A já blázen souhlasil. I když nejsem žádný expert, tak se Vám pokusím předat pár základních informací, abyste se mohli v dané problematice lépe orientovat. Nu a čím začít? Přichází zima, svahy na horách se nám začínají bílit a já už od první vložky láskyplně hledím skluznice svých sjezdovek čekaje až dostanu informaci, že se někde roztočily vleký :-). Takže dnešní téma - lyže sjezdové.

Za posledních deset let prošly lyže neuvěřitelným vývojem, jež se hezky nečesky označuje za carvingovou revoluci. Co dříve platilo dnes neplatí a naopak. Proto se Vám v tomto zpravodaji pokusím rozškatulkovat dnes používané lyže na několik kategorií a usnadnit vám tím výběr. Předem

chci říct, že to není práce vděčná, neboť každá firma vyrábějící lyže má vlastní kategorizaci. Takže jaké že to máme kategorie:

**Racecarver:** Lyže pro sportovní a rychlou jízdu ve velkém či maximálně středním oblouku. Jde o lyži většinou menšího vykrojení (rádius kolem 19) a větší délky. A pro koho, že je určena? Pořídí si ji minimálně středně pokročilý lyžař, který má rád rychlost a jemné obloučky.

**Cross:** Velmi problematická kategorie lyží. V principu je to lyže typu Racecarver, ale trochu kratší a o něco víc vykrojená. Ve velkých rychlostech tedy nebude tak stabilní jako racecarver, ale zato nám poskytuje větší univerzalitu v krájení oblouků. Pořizují si ji lyžaři, jež mají rádi svižnou sportovní jízdu, ale kladou větší důraz na univerzálnost. Zvládnete na ní upravenou i hůř upravenou sjezdovku i různé styly jízdy. Pozor není to však lyže určená do volného terénu (což neznamená, že se tam na ní nedá jezdit). Kde je problém této lyže? Výrobci dnes začali označovat jako Cross kde jakou lyži. Proto musíte dát pozor, co vlastně kupujete.

**Slalomcarver:** Jak už název napovídá, jde o lyži pro krátký či maximálně střední oblouk. Lyže s obrovským vykrojením a krátkou délkou. Opravdu na nich stačí jen trochu zahranit a zatočí vám samy. Avšak jakmile se do toho obujete a pustíte do rychlejší a rovnější jízdy, přestává být stabilní. Pozor není to lyže určena pro začátečníka, ale spíš pro milovníka krátkých, delikátních oblouků., či pro ortodoxní funcarvery (takové ty podivné lidi, co jedou a zároveň při tom leží bokem na sjezdovce).

**Allmountain:** Nejprogresivnější kategorie lyží. Dala by se nazvat totální univerzálnka. Říká se o ní, že je to lyže 50:50 tedy půl na sjezdovky a půl do terénu. Délku a rádius mívá podobnou Crossové lyži. V čem je tedy její kouzlo? Je širší! Crossová lyže mívá šířku pod patou někde mezi 65-69 mm, Allmountainka se pohybuje mezi 74-79 mm. Dokonce se již objevují i typy s šířkou přes 80 mm! Lyže si zachovává vlastnosti na sjezdovce, ale díky své šířce má větší plochu a hodí se tedy do volného terénu plného prašanu, kde se tolik neboří. Z logiky věci je tedy dobrá pro ty, jež si rádi krom sjezdovky zařadí i ve volném terénu.

**Allround:** Tu hlavní kategorii jsem si nechal na konec. Většina lyží do 10 000 Kč. (s vázáním a na začátku sezóny) se koupí právě v této kategorii. Nejsou ani moc krojené, ani málo, ani dlouhé ani krátké! Ideální pro pomalejšího lyžování, či pro začátečníky až středně pokročilé. Uděláte na nich i kratší i delší oblouk, ale nic není ideální. Většinou lyže měkčí z levnějších materiálů. Pokud však lyžujete hlavně na pohodu a pro dobrý pocit, plně vám postačí a vůbec nevyfluxují peněženku.

Příště poradím jak lyže vybrat! A rada číslo jedna je zapomeňte na výše zmíněné kategorie! ☺

# Na závěr – kronika předsedy Kufru

## Šedesátiny

Jak mnozí z Vás víte nebo také mnozí nevíte...náš předseda Dadula Hron oslavil nedávno své šedesáté narozeniny – ani se tomu nechce věřit. Chtěla bych se k tomuto výročí ještě jednou vrátit a popřát mu za Kufu (-áky) zejména hodně zdraví... pak také sil, energie, nadšení, trpělivosti a pevné nervy nejen při organizování dalších akcí.

A protože u příležitosti narozenin proběhlo i jeho důkladné lékařské vyšetření a pacient dal souhlas se zveřejněním nálezu lékařského konzilia, proběhlo na jeho oslavě čtení části chorobopisu. A jelikož jsem následně byla z několika stran požádána, zda bych nemohla chorobopis zveřejnit celý, tímto tak činím. (Opakuji – „postižený“ k tomu dal souhlas).

### Odborné konziliární vyšetření

**pana Drahomíra Hrona, narozeného dne 11.10.1946,  
bytem Derflanská 1007, Uh.Hradiště, 68605**

**Vyšetření proběhlo dne 11.10.2006 konziliem odborníků několika oborů:**

Vůbec poprvé podroben tomuto typu vyšetření, nikdy dříve pro podobné problémy neléčen, nesledován, nehospitalizován. K vyšetření objednan rodinou, přiveden za asistence policie ČR, neboť ho po dobrém nebylo možno sundat z kola. Přiveden pro opakující se nutkavou touhu objíždět nejen náš region na kole, ale i pro stav provázený neklidem, vznětlivostí, předrážděností v případě, že je mu tato činnost upřena...podrobněji viz níže.

### Z anamnézy:

**Rodinná zátěž:** Nikdo z rodiny pro podobné potíže zatím neléčen. Ovšem již maminka jezdila na kole **Eska**, ale jen po Kyjově. Otec hrál kuželky a vařil pivo, zda holdoval i bicyklu vyšetřovaný odmítá sdělit. Starší bratr sice neléčen, což je ovšem velmi překvapující, neboť projevy jeho postižení zdaleka přesahují projevy vyšetřovaného. U některých přírodních potomků lze pozorovat podobné příznaky, ovšem zatím v mírnější formě. Taktéž však u současné ženy jsou patrné četné symptomy, uvažujeme proto nejen o genetické formě přenosu choroby, ale i o jiných cestách nákazy – například pohlavním stykem či kapénkovou infekcí.

**Porod, dětství:** Narodil se v řádném termínu v pivovaře na divaně, přidušen snad nebyl, ale jisté to není, plíce a okysličení organismu však se jeví dobré doposud. Poporodní vývoj celkem bez pozoruhodností, snad jen - již v raném dětství pil pivo a jezdil poměrně dlouhé trasy pod štanglou kola značky **Zetka** spolu s kluky z klubu Modrá Hvězda.

**Škola a dospívání:** S úspěchem absolvoval několik škol - kyjovskou ZŠ, vyučil se nástrojařem v Kopřivnici, po večerech si dodělal maturitu. Později vychodil 2 semestry práv a ještě později školu pro daňové poradce. Do školy chodil pěšky. Vynikal především v počtech, logice, rétorice, byl vždy dobrým teoretikem a analytikem. Taktéž samozřejmě exceloval ve sportech všeho druhu, v některých

ovšem jen teoreticky. Naproti tomu pokulhával v hudební a výtvarné výchově, taktéž dílny, odborný výcvik a praxe mu příliš nešly. „Dospěl“ kupodivu ve zdraví po boku staršího bratra a kamarádů z klubu Modrá Hvězda. Vztahy v rodině definuje sám jako harmonické, bit byl spolu s bratrem max. 2x denně, zjevné následky nepozorujeme. V tuto dobu jezdil na kole značky **Eska**.

**Vojna:** Sportovní náčiní vyměňuje na 2 roky za psací pero. Bojové zařazení – písař. Nyní v záloze i s perem.

**Práce:** Dělník, mistr, ekonom, daňový poradce. Pracovně téměř vždy spokojen, zejména pokud je mu umožněno nepřetržitě počítat, do práce dlouhodobě jezdil na kole **Eska**, nyní na skládačce typu **Liberta**.

**Vztahy a děti:** Dlouhotrvající období „Ženy, víno, zpěv“ nyní vystřídáno obdobím „Kolo, víno, zpěv“... Vždy šťastně ženat!!! Vztahy plodné, otcem 5 dětí, sexuální dysfunkce nezjištěna. Výchovné metody důsledné – hory, lyže, voda, kolo a vinohrad...

**Povahově:** se charakterizuje v podstatě jako „klidás“... a lidumil.

**Zájmy:** Široký záběr – všestranně nadaný a orientovaný, např. výroba a konzumace vín a kořalek, sólový i sborový zpěv, tanec, samozřejmě sport v čele s cyklistikou, politika, ekonomika, četba, v poslední době fotografování, moderní technologie a zvláštní dále nespécifikovanou zálibu sám nazývá jako „**KUFR**“ (toto postižení probereme event. v dalším sezení).

**Škodlivé návyky:** příležitostný kuřák, příležitostně i abstinent. Z alkoholických nápojů holduje vínu, rád si dá dobrou kořalku, pivo... no a na kole zelenou.

**Předchorobí:** První projevy souvisejícími s dnešním postižením lze vypořádat již v dětství – viz kolo **Zetka**. V dospívání a ranné dospělosti jezdil na kole zn. **Eska z 1. republiky** jen zlehka - do práce apod., nic nenasvědčovalo tomu, že tak těžce onemocní. Nicméně již tehdy si u kola zakládal na jeho technických parametrech - stabilitě - vážilo asi 30 kilo, jeho černé barvě a velké svítlně. Věnoval se spíše chůzi, lyžím, vodě. První výraznější ataka obtíží přišla v roce 1984, kdy podnikl cestu **z Moskvy do Prahy!** na kole značky **Eska**. Od té doby se obtíže pozvolna stupňují začíná vyjíždět „**s kluky, co spolu jezdíme**“ (jedná se o závažný zlom – odvrát od žen, co spolu...), věrný je silničním kolům zn. **Favorit** porizuje opakovaně jeho novější a novější modely, pravidelně zásobující zlodějské okolní gangy – stalo se tak 7x, ukradena byla i silnička zn. **Campagnola**. Po ukradení sedmého favorita mění taktiku a přesedlává k stáji **Autor** a ze silničky na treka. U této značky se to s ním veze až doposud.

**Nynější obtíže:** Započaly nepozorovaně a plíživě zřejmě před lety, nyní však již jsou skoro na denním pořádku... stupňují se zejména o víkendy a dovolených, státních svátcích a dnech daňového klidu. Vypořádat lze i jistou sezónnost – počínají na jaře, stupňují se v létě, s dozvuky na podzim. Poslední léta však neutichají ani v zimě díky vynálezu zvanému spinningové kolo. Jedná se v podstatě o nutkavou touhu objíždět na kole nejen místní region, ale i kraje značně odlehle. Výjezdy jsou zpravidla doprovázeny slovy: „**dneska si dáme stovečku**“, pokud není na tachometru alespoň 70, nervozita a rozladění stoupá. Stav je

charakterizován i jistou nekritičností. Namáhavé kopce jsou nazývány „**terénními vlnkami**“, „**kousek**“ znamená daleko, prohlášení „**to je muška**“ signalizuje, že se bude jednat o zničující fyzický výkon, „**klesající tendenci**“ mají cesty vedoucí na vrchol. Pokud je nutkání ukojeno, nastává stav euforie a vyklidnění, nejbližší okolí se nemusí ničeho obávat, kvalita života stoupá, nastává harmonie až skoro nirvána. Pokud však je pobyt v sedle znemožněn, roste neklid, napětí, vznětlivost, výkyvy nálad. Taktéž se objevuje nesoustředěnost, ztráta koncentrace, poruchy spánku a chuti na jídlo. Dokonce lze čas od času pozorovat neadekvátní tendence k samoléčení – tzv. úlevové pití alkoholu. Nicméně léčebný efekt se nedostavuje. Kvalita zejména rodinného života klesá. Z tělesný příznaků se objevují bolesti hlavy, bolesti za krkem, žaludeční nervoza. Vidiny a jiné formy halucinací nejuje, snad jen někdy v přítomnosti ve sklepe spatřuje ve svém starém trekovi zcela nový model kola. Popírá, že by si svým počínáním chtěl ublížit.

**Objektivní popis projevů vyšetřovaného:** Pacient při vědomí, orientovaný časem a osobou příliš není (z chování i slov lze usuzovat, že se domnívá, že je mu něco mezi dvaceti až čtyřiceti lety), místem orientován správně (v mapě i terénu se vyzná), zpočátku neklidný a negativistický, vyšetření se brání a chce odjet na kole, později, když zjišťuje, že hlavním tématem bude právě kolo, spolupracuje ochotně a je podrobný, postupně zklidněn, při vyšetření usedí. Upraveného zevnějšku, cyklo dress čistý, tretry udržované, chybí však helma. Tempo řeči ještě v normě, mimika uvolněná, místy však gestikuluje živěji a hovoří překotně. Odpovědi na dotazy v kontextu otázky, myšlení souvislé, logické vazby zachovány, ulpívá však na cyklistice, emotivita nestabilní, místy sklony k předrážděnosti, impulzivité, napětí a rozladám – vše pravděpodobně v souvislosti s nedostatečným cyklovyžitím. V popředí nutkavé myšlenky k cyklotúram a jejich častá realizace doprovázená euforií a pocity slasti. Sklony k sebeubližování aktuálně nezjištěny, anam. data však hovoří o enormně rychlé jízdě z kopce bez helmy a vyčerpávajících stoupáních do kopců. Za pokusy o sebevraždu toto chování však považovat nelze. Bludy a halucinace nevypozorovány, přítomny snad iluze či pseudoiluze. Mentální funkce přiměřené věku.

Tělesný stav velmi dobrý.

**Diagnostický závěr: C 60 CYKLOMÁNIE TĚŽKÉHO STUPNĚ**

**Léčebná doporučení:**

Vzhledem k závažnému stupni postižení doporučujeme aplikovat léčebný prostředek nejnovější generace - NOVÉ KOLO s klinickým názvem ANTIMANIÁK.

Toto pak používat nejméně 3x týdně v letních, 2x týdně v zimních měsících, nutno však v kombinaci s cyklo helmou, nikoliv s alkoholickými nápoji. Vhodné jako doplněk nápoje iontové a energetické tyčinky. Nad léčbou vhodný dohled rodiny – spolupráci příslibila manželka i děti. Pacient upozorněn na fakt, že léčba bude dlouhodobá, pravděpodobně doživotní.

**Pozn:** Pacient uposlechl doporučení odborníků a i přes výrazné doplatky si léčebný prostředek již pořídil. O účinnosti léčby budete mít jistě možnost přesvědčit se na vlastní oči či uši...





občanské sdružení  
Klub Úplně Fantastické Rekrece



Č.účtu: 1543558339/0800 • IČO: 16360851 • DIČ: CZ 16360851 • Č.r. u MV: VSP/1-121/90-R

DUHA  
sdružení dětí a mládeže pro volný čas, přírodu a recesi  
dužina Úsvit



Č.účtu: 1543582339/0800 • IČO: 62831500 • DIČ: CZ 62831500

#### Klubovna:

- Palackého náměstí 293 • 686 01 Uherské Hradiště • (1patro, dv.12)
- Tel./fax: +420 731 500 883 • [Http://www.kufr-usvit.cz](http://www.kufr-usvit.cz)
- E-mail: [kufr.uh@seznam.cz](mailto:kufr.uh@seznam.cz) • [duzina.usvit@seznam.cz](mailto:duzina.usvit@seznam.cz)
- Nejsme plátcí DPH

## ***KUFR a ÚSVIT* v lednu 2006**

- Bude upřesněno po schálení plánu akcí na příští rok na VH

Zpravodaj – interní měsíčník pro členy *KUFR*, o.s. a dužiny Úsvit, sdružení dětí a mládeže DUHA. Obálku navrhla: Lidka Štefánková. Obrázky: Hanka Cveková. Zodpovědná redaktorka: Soňa Hronová. Grafická úprava: Pavel Polehňa Uzávěrka 12.11.2006. Příští uzávěrka: 20.12.2006.