

## Hlavní úspěchy OK Dobříš v roce 2016

- **Jsme opět větší:** ke konci roku 2016 evidujeme 82 dětí a 25 dospělých (se soutěžní registrací); pro porovnání s počtem 61 dětí k 31.12.2015. Několik dětí a dospělých se s námi letos rozloučilo, díky řadě propagačních akcí, zejména pak akci Orienták do škol a také podzimnímu náboru se k nám přihlásilo skoro 30 nových dětí.
- **Dětem se daří na závodech:** získali jsme největší počet licencí B v historii (14!), stabilně obsazujeme první místa v krajských soutěžích, jako družstvo držíme dlouhodobě 2. místo (a na podzim už jsme bojovali o první!), ve středočeském krajském výběru na MČR obsadily plnou čtvrtinu celého týmu děti OK Dobříš
- **Výborné výkony dospělých:** trenéři jsou tahouny klubu jak po stránce organizační, tak svými výkony na závodech. Podařilo se nám letos vybojovat 3 medaile na Mistrovství ČR (J. Bochenková, K. Arnoštová, K. Arnošt – vše na MČR v nočním OB). Ostatní dospělí, kteří se začali orientačnímu běhu věnovat teprve nedávno, se průběžně zlepšují, a jsou tak vzorem i pro ostatní z oddílu (nikdy není pozdě začít).
- **Reprezentace v zahraničí:** O. Janda se s výpravou tréninkového střediska mládeže zúčastnil soustředění a velkých mezinárodních závodů ve Švédsku. V létě pak větší oddílová výprava vyrazila na mezinárodní závody do Slovinska, kde naši nejlepší skončili těsně pod stupni vítězů.
- **Uspořádali jsme krajské mistrovství:** v dubnu jsme poprvé kompletně vlastními silami a s vlastním materiálem uspořádali krajské mistrovství v nočním OB, které bylo hodnocené jako jeden z nejlepších letošních závodů ve středočeském kraji. A to i díky perfektnímu zázemí v dětském klubu Skřítkov, kde bylo centrum celé akce.
- **Světová akce se konala i v Dobříši:** 11.5. se po celém světě běhalo s mapou a Dobříš se stala jednou z 3177 lokalit, kde se akce World Orienteering Day konala. Závod pro veřejnost se uskutečnil ve školním areálu v Dobříši a zúčastnilo se ho 129 lidí.
- **Další akce pro veřejnost:** pomáháme se hýbat a bavit se sportem i ostatním lidem. Během roku pořádáme několik akcí pro veřejnost, kde je možné si vyzkoušet jednoduchý orienták: Den Země, Dobříš v pohybu, sportovní den společnosti Bobcat, den dětí a seniorů v Mníšku apod.
- **Přivedli jsme orienták do škol:** pomohli jsme s přípravou map, potřebného materiálu i metodiky dobříšským školám (1., 2. ZŠ a Gymnáziu K. Čapka). Na všech těchto školách byl ve vybraných ročnících orientační běh zařazen do programu tělesné výchovy a školní družstva se zúčastnila krajského přeboru. Tým gymnázia byl dokonce úspěšný i v republikovém finále, kde při své premiéře obsadil 7. místo!
- **Moc dobře víme, že „les je naše tělocvična“:** chováme se k lesu slušně celý rok, v dubnu při Dni Země navíc místo tréninku vyrazíme do našich tréninkových prostorů na sběr odpadků
- **Jsme vidět i v médiích:** informace o naší činnosti se objevují v médiích, vč. těch celostátních, viz např. reportáž o OK Dobříš v České televizi v programu Sport v okolí.



**Orienták nás baví!**

## Hlavní fakta a čísla o činnosti OK Dobříš

### Členská základna:

- 82 dětí (rozdělených dle věku a zkušeností do 4 tréninkových skupin)
- Dětem se věnuje 8 dobrovolných trenérů a trenérek
- 25 dospělých (aktivně sportujících) + dalších 31 rodičů, kteří se občas zapojují do aktivit klubu

### Tréninky:

- Celoročně, základní společný trénink pro všechny děti 1x týdně (trénink OB), starší děti mají další trénink pro rozvoj fyzické kondice + individuální přípravu

### Účast na závodech:

- Závodní sezóna jaro – podzim
- Celkem jsme v roce 2016 absolvovali 55 závodů (především orientační běh)
- Zaměření na krajské soutěže, nejlepší startují i na závodech Českého poháru a M ČR

### Top výsledky:

- 1x zlato a 2x bronz z Mistrovství ČR v nočním OB
- 4. místo z Mistrovství ČR krajských družstev (pro Stř. kraj, v družstvu i závodník OK Dobříš)
- 2. místo v krajském poháru v soutěži družstev
- 42 členů oddílu se během roku umístilo min. 1x na stupních vítězů
- celkem jsme v roce 2016 v oficiálních soutěžích získali 159 medailí!!!

### Hlavní oddílové akce:

- Lyžařské soustředění (běžky, mapová teorie) v lednu na Šumavě – 64 účastníků
- Velikonoční soustředění (mapová technika) – 62 účastníků
- Podzimní soustředění (Vodňanský Kapr) – 81 účastníků

### Aktivity pro veřejnost:

- Den Země – úklid lesa + program pro školy a školky v Dobříši
- Orienták do škol – program OB pro základní a střední školy v Dobříši a Mníšku p. B.
- Sportovní den pro děti a dospělé – Dobříš – Vlaška a Mníšek p.B.
- World Orienteering Day – celosvětová propagační akce i v Dobříši
- Dobříš v pohybu – OB součástí dobříšské multisportovní akce

### Pořádané závody:

- Krajské mistrovství v nočním orientačním běhu – 9. 4. 2016, centrum v klubu Skřítkov (Dobříš)

### Nově vydané mapy:

- Dobříš – škola, Mníšek – škola, Nová Živohošť, Vlaška 2016

### Podpora turistického ruchu:

- První zájemci z ostatních klubů k nám začali jezdit na tréninková soustředění (díky dobrým mapám a terénům). Přinášejí tak místním podnikatelům peníze za ubytování a stravování.
- V roce 2016: Sokol Hostivice, USK Praha, Tréninkové středisko mládeže pro Prahu a střední Čechy