

S Antonínem Blomannem o sportu, ve kterém rozhodují nohy, hlava i srdce

21.8.2026 - Marie Machynková Pokorná | Městská část Praha 12

Rádiový orientační běh není jen o mapě, přijímači a rychlých nohách. Je také o trpělivosti, samostatnosti, radosti z pohybu a lásce ke sportu, která se ve FOX klubu předává z generace na generaci. O práci s dětmi, sportovních úspěších i téměř třicetiletém příběhu klubu jsme hovořili s jeho zakladatelem a vedoucím Antonínem Blomannem.

Doslova před pár dny skončilo mistrovství světa žáků v maďarském Veszprému, na kterém česká výprava získala celkem čtrnáct medailí. Mezi úspěšnými účastníky byli také Zuzka, Vojta a Vítek z FOX klubu, jak byste jejich účinkování zhodnotil?

Zuzka už patří mezi zkušenější závodnice a má za sebou řadu významných závodů. Začátek šampionátu pro ni nebyl úplně podle představ, nakonec ale vybojovala bronzovou medaili a zlato v soutěži družstev, takže mohla být se svým vystoupením velmi spokojená. Pro Vojtu a Vítku šlo o první takto velké závody a zároveň o premiéru v reprezentačním dresu. Oba se s náročnou konkurencí postupně srovnali a čtvrtým místem ukázali, že se mezi světovou špičkou neztratí.

Je těžké splnit kvalifikační kritéria na tyto vrcholné závody a kdy vlastně začíná vaše sezona?

Sezona začíná už v lednu, hlavní závodní období ale probíhá od dubna do října. Během něj se koná pět až šest takzvaných jedničkových závodů, na kterých mohou závodníci získat první výkonnostní třídu a zároveň sbírají body do celoročního žakovského žebříčku. Právě z jeho výsledků vycházejí kvalifikační kritéria pro reprezentaci. Ti, kteří dosáhnou požadovaného počtu bodů, obdrží pozvánku do reprezentačního výběru a po jejím přijetí se účastní také reprezentačních soustředění. Vedle hlavních závodů se během sezony konají i menší krajské a okresní soutěže.

Z Maďarska se vrátíme zpátky k nám na dvanáctku, kde jsou v plném proudu přípravy na zářijový Den Prahy 12 a Veletrh volnočasových aktivit, kterého se FOX klub pravidelně účastní. Proč by se měli návštěvníci 12. září zastavit právě u vašeho stánku?

Náš sport je rozhodně zajímavý, kombinuje v sobě potřebu technických dovedností, ale i fyzické zdatnosti a schopnosti se orientovat, takže je to takový, řekl bych univerzální sport a myslím si, že se to hodí i v životě. Člověk se pak třeba snáze zorientuje kdekoli v neznámém terénu. A i ta fyzická je důležitá. Je to zkrátka zajímavý sport a je to trochu něco jiného.

Daří se vám prostřednictvím veletrhu získávat nové členy?

Ano, úspěšní jsme byli hned několikrát. Ono na místě to zaujme skoro každého, ale pak řeknou „děkuji“ a odejdou. Já to vždycky dělám tak, že všem říkám, ať se přijdou nezávazně podívat, klidně na několik tréninků, a když zjistí, že je to jejich parketa, ať se přihlásí. Řada z nich pak u nás skutečně zůstane.

Ve vašem názvu i logu se objevuje liška. Proč jste si vybrali právě toto zvíře?

Rádiový orientační běh se původně označoval jako „hon na lišku“ a teprve později, zhruba v sedmdesátých a osmdesátých letech, se začal používat dnešní název. První závody se konaly mimo

jiné v severských zemích a jejich účastníci se zpočátku pohybovali i na koních a až potom se z toho stala taková kratochvíle radioamatérů. Princip zůstává podobný dodnes: závodníci pomocí přijímače a mapy vyhledávají skryté vysílače. Právě ty představovaly pomyslnou lišku, kterou účastníci jako lovci stopovali. No a já jsem pak z nostalgie náš klub pojmenoval FOX klub, aby tam alespoň trochu ta liška byla.

Jak byste čtenářům, kteří se s tímto sportem dosud nesetkali, jednoduše vysvětlil, jak se rádiový orientační běh liší od klasického orientačního?

Od orientačního běhu se liší například mapou. Ta naše je v podstatě prázdná, bývá tam start a cíl, ale chybí tam kontroly, ty si musí naši závodníci zaměřit. V klasickém orientačním běhu je také potřeba dodržet pořadí kontrol, my ale můžeme začít na té, která se nám zdá nejvýhodnější.

Kolik kilometrů závodníci během závodu obvykle naběhají?

To se liší podle věku, výkonnosti i úrovně soutěže. Muži v kategorii M20 absolvují zpravidla šest až osm kilometrů, dvanáctileté děti přibližně dva až tři kilometry a čtrnáctiletí závodníci tři až pět kilometrů. Na okresních přeborech bývají tratě kratší, zatímco při celorepublikových soutěžích jsou vzdálenosti delší.

Závodník používá mapu, buzolu a speciální přijímač. Jak obtížné je naučit se s přijímačem pracovat a tzv. číst terén?

Na úvod je důležité říct, že na každém závodě je maják, tedy kontrola, která na rozdíl od ostatních vysílá nepřetržitě. A to je záchrana. Když závodník neví, naladí maják a ten by ho měl bezpečně dovést do cíle. Takže když já mám jistotu, že závodník je na stupnici přijímače schopný naladit maják (na stupnici ho má ještě pro jistotu označený čarou, aby to nebylo tak těžké) a vím, že dokáže sám dojít do cíle, tak pak ho můžu pustit samotného na trénink nebo závod.

Rychlost učení je ale u každého individuální. Někdo je schopný běžet samostatně už při třetím nebo čtvrtém tréninku, jinému to trvá několik měsíců. Měli jsme ale také děti, které se naučily zaměřovat hned napoprvé. Zpočátku chodíme trať společně s nimi, později už jen kousek za nimi a zasáhneme pouze tehdy, když udělají výraznou chybu. Postupně je pak necháváme běžet zcela samostatně.

Od jakého věku je podle vás vhodné s rádiovým orientačním během začít, je tento sport vhodný také pro děti, které nepatří mezi nejrychlejší běžce nebo se necítí dobře v tradičních kolektivních sportech?

Výhodou našeho sportu je, že v něm může uspět poměrně široká skupina lidí, protože každý může uplatnit jiné schopnosti. Někdo je výborný běžec, ale hůře zvládá zaměřování nebo taktiku. Jiný zase dokáže dobře číst a odhadnout terén, i když nepatří k nejrychlejším. Uplatní se tak technické, orientační i fyzické nadání a každý může stavět na svých silných stránkách.

Podle mě nezáleží na tom, v jakém věku začnete. Někdo začne brzo a také ho to může brzy přestat bavit, jiný se ke sportu dostane až později a rychle se v něm najde, třeba i díky zkušenostem z jiných disciplín. Máme v klubu jednu rodinu, kdy maminka přivedla syna, pak dceru, dcera později přivedla svoje děti a nakonec začala běhat i maminka a dotáhla to až do reprezentace a běhala na mistrovství světa v kategorii nad 50 let. Takže i když někdo začne v pozdním věku, neznamená to, že nebude úspěšný. Dá se začít v každém věku a je to jenom o tom, jak člověk popadne tu příležitost.

FOX klub jste založil v roce 1997, jeho tréninková tradice však sahá až do roku šedesátých let. Jak se za tu dobu proměnila členská základna, technické vybavení i samotný způsob trénování?

Největší proměnou prošlo technické vybavení. Dříve jsme si museli přijímače sami sestavit a teprve potom jsme mohli závodit. První přístroje byly navíc velmi těžké, jen samotné baterie vážily i přes dva kilogramy. Dnes lze veškerou techniku koupit. Na závodech se také běžně využívají čipy, elektronická časomíra, k dispozici jsou průběžné výsledky na displejích i online přenosy. Závodník tak zná svůj výsledek prakticky ihned po doběhu, zatímco dříve se běhalo s papírovými kartičkami a na výsledky se čekalo i několik hodin.

Způsob trénování se odvíjí především od věku. Starší děti se učí práci s přijímačem, orientaci a čtení speciálních map. S nejmenšími začínáme během po fáborkách bez rádia, aby je pohyb především bavil.

Členskou základnu tvoří jak rodiny, které se sportu věnují po několik generací, tak noví zájemci, kteří nás poznali na různých akcích nebo si klub našli na internetu. V současnosti máme přibližně 80 členů, z nichž asi polovina aktivně závodí.

Jak často se scházíte a jak vypadá běžný trénink FOX klubu?

Běžné tréninky se konají jednou týdně. Děti si při nich osvojují základní práci s mapou a potřebnou techniku. Ti zkušenější už mají tréninky náročnější a dvakrát týdně. Tam už se předpokládá, že základy mají zvládnuté a už víceméně běhají a trénují přímo na trati. Mnozí z nich pak samozřejmě běhají ještě samostatně a zvyšují si tak svoji fyzickou kondici.

Kde v Praze 12 a jejím okolí nejčastěji trénujete? Nabízí tato městská část pro rádiový orientační běh vhodné podmínky?

Určitě, Praha 12 a její nejbližší okolí nabízí spoustu dobrých míst k trénování. Asi nejpoužívanější je Krčský les, využíváme také Hodkovičky, les Kamýk nebo Točnou.

Pořádá FOX klub také vlastní závody?

Ano, během roku připravujeme čtyři až pět okresních závodů v rámci přeboru Prahy 12 a také několik krajských závodů pro celou Prahu. Jejich organizace je poměrně náročná a často vyžaduje několik dní intenzivních příprav.

Jednou ročně pořádáme také celostátní závod Pohár přátelství, který má dlouholetou tradici. Letos v říjnu se uskuteční už jeho 49. ročník. Koná se nedaleko Písku, protože v Praze nejsou pro takzvané jedničkové závody úplně vhodné terénní podmínky. Přípravy probíhají prakticky celý rok a pravidelně se závodu účastní také Karel Fučík, mnohonásobný mistr světa a Evropy.

Rádiový orientační běh může na první pohled působit jako technický nebo spíše „klučičí“ sport. Jaké zastoupení mají ve vašem klubu dívky a daří se vám je oslovovat?

Dívky mají v našem klubu velmi silné zastoupení, a to jak co do zájmu, tak i výsledků. Často jsou také vytrvalejší a svědomitější, takže u sportu vydrží déle než chlapci. Právě mezi děvčaty proto máme řadu velmi úspěšných závodnic.

Česko patří v rádiovém orientačním běhu ke světové špičce. Vyrůstají i ve FOX klubu závodníci, kteří by se jednou mohli prosadit v reprezentaci?

Nechci nic zakřiknout, ale máme v klubu například velmi šikovnou jedenáctiletou Elišku. Je to velká bojovnice a věřím, že se v budoucnu rozhodně neztratí.

Co byste FOX klubu popřál do dalších let?

No...aby mě přežil □

foto: archiv A. Blomanna (na fotografii zleva Vojta H (13), Zuzka N (16) a Vítek H (16) na MS v Maďarsku a rádio 80-ka)

https://www.praha12.cz/vismo/dokumenty2.asp?id=120368&id_org=80112