

KPO Tréninková Tour 2017 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

verze výsledků 2017-01-5

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágnr	Marek	Vagnerteam	1989	7:19,0	27,3	73
2	Chalupa	Dani	Veslaři Bohemians	1989	7:30,0	26,6	71
3	Hladík	Martin	Veslaři Bohemians	1988	7:39,0	26,1	69
4	Mužiček	Pavel	TTT	1984	7:44,5	25,8	67
5	Stranel	Jiri	Novis TK Praha	1972	8:05,0	24,7	66
6	Rada	David	Bikeclinic junior team	1976	8:10,0	24,5	65
6	Šicha	Martin	Dragons Unlimited	1978	8:10,0	24,5	65
8	Pazdera	Lukáš	TTT	1986	8:13,0	24,3	63
9	Spudich	Jiří	TTT	1978	8:16,0	24,2	62
10	Souček	Jiří	TTT	1993	8:21,0	23,9	61
11	Třeček	Jakub	Veslaři Bohemians	1997	8:24,0	23,8	60
12	Losos	Radek	Tyn nad Vltavou	1986	8:24,2	23,8	59
13	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	8:27,0	23,6	58
14	Jindra	David	TSK Praha	1992	8:31,0	23,5	57
15	Novotný	Jan	TTT	1978	8:34,0	23,3	56
16	Chotěborský	Jan	TTT	1981	8:34,1	23,3	55
17	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:44,4	22,9	54
18	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	8:46,3	22,8	53
19	Vidner	Štěpán	TSK Praha	1985	8:49,0	22,7	52
20	Zídka	Aleš	Veslaři Bohemians	1981	8:51,0	22,6	51
21	Stráněl	Jiří	SK Velo Praha	1993	8:52,0	22,5	50
22	Mašek	Martin	Novis TK Praha	1976	9:00,3	22,2	49
23	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:03,0	22,1	48
24	Otáhal	Jarda	TTT	1969	9:09,0	21,8	47
25	Fruhauf	Pavel	OutdoorOutsiders	1985	9:10,0	21,8	46
26	Zušťák	Vladislav	Triatlon Praha Háje	1980	9:11,0	21,8	45
27	Vágnr	Martin	Vagnerteam	1959	9:17,5	21,5	44
28	Marhold	Jiří	KPO	1981	9:18,2	21,5	43
29	Glinz	Jakub	TTT	1988	9:19,0	21,4	42
30	Grusser	Jan	OutdoorOutsiders	1985	9:20,0	21,4	41
31	Peřinka	Filip	TTT	1988	9:24,5	21,2	40
32	Karočová	Simona	OutdoorOutsiders	1988	9:33,0	20,9	39
32	Škába	Pavel	Novis TK Praha	1974	9:33,0	20,9	39
34	Marcol	Lukáš	TTT	1990	9:39,0	20,7	37
35	zizka	karel	ckmc	1944	10:01,0	19,9	36
36	Novotný	Petr	Novis TK Praha	1961	10:02,0	19,9	35
37	Linke	Vitezslav	TTT	1988	10:06,0	19,8	34
38	Příbrský	Dušan	KPO	1965	10:12,0	19,6	33
39	Váchová	Petra	TTT	1994	10:14,0	19,5	32
40	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:16,0	19,5	31
41	Hlaváček	Michael	KPC Praha	1993	10:30,0	19,0	30
42	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	10:33,0	18,9	29
43	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:35,0	18,9	28
44	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:36,0	18,8	27
45	Zelený	Jiří	PTCR	1963	10:38,0	18,8	26
46	Pospíšilová	Blanka	OutdoorOutsiders	1985	10:43,0	18,6	25
47	Šulc	Jan	KPC Praha	1974	10:45,0	18,6	24
48	Kočová	Alena	KPO	1962	10:50,0	18,4	23
49	Martinka	Jiří	TTT	1969	10:51,4	18,4	22
50	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	10:56,0	18,3	21
51	Malášek	Michal	KPO	1970	10:58,0	18,2	20
52	Hintnaus	Jan	Veslaři Bohemians	1990	11:16,0	17,7	19
53	Mužíčková	Helena	TTT	1985	11:25,0	17,5	18
54	Štefan	Ladislav	KPO	1955	11:27,0	17,4	17
55	Švihlík	Martin	TTT	1968	11:29,0	17,4	16
56	Listinsky	Roman	OutdoorOutsiders	1981	11:43,0	17,1	15
57	Kočí	Josef	Triatlon Praha Háje	1949	12:00,0	16,7	14
58	Martin	Pecha	OutdoorOutsiders	1982	12:10,0	16,4	13
58	Verner	Michal	MKV Sport	1979	12:10,0	16,4	13
60	Samková	Nikola	TTT	1988	12:38,0	15,8	11
61	Zahradníková	Lenka	KPC Praha	1994	12:44,4	15,7	10
62	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	13:20,0	15,0	9
63	Kučerová	Monika	Vagnerteam	1989	13:24,0	14,9	8

	tým	účast	bodů
1	TTT	17	209
2	Veslaři Bohemians	6	206
3	Novis TK Praha	4	158
4	OutdoorOutsiders	7	152
5	KPC Praha	8	139
6	Vagnerteam	3	128
7	TSK Praha	2	111
8	KPO	5	104
9	Dragons Unlimited	2	73
10	MKV Sport	5	68
11	Triatlon Praha Háje	3	67
12	Bikeclinic junior team	1	66
13	Tyn nad Vltavou	1	60
14	SK Velo Praha	1	51
15	ckmc	1	37
16	PLUTO team Praha	1	32
17	PTCR	1	27
18	Koloběžka	1	8

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena




www.cyklonaradi.cz
Co Čech. to cyklomechanik!



Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

anketa KILOMETRY
KM
kolik máš najeto?

pro TT doporučujeme pláště:



64	Sicha	Martin	Koloběžka	1978	13:52,0	14,4	7
65	Marounková	Jaroslava	Dragons Unlimited	1956	14:00,0	14,3	6
66	Kroupa	Štěpán	Triatlon Praha Háje	1975	14:20,0	13,9	5
67	Háková	Kateřina	TTT	1992	15:48,0	12,6	4
68	Havelková	Markéta	KPC Praha	1963	22:14,0	9,0	3
69	Vernerová	Stanislava	MKV Sport	1980	22:23,0	8,9	2

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Slunce, pěkný asfalt, trochu protivítr - ale je to správně milosrdnej kopec na začátek sezóny

Poprvý, sám a v zimě...těžký !

Na 2. den půstu celkem výzva :-)

Hura hura)))

Vzhledem k větrným podmínkám velká spokojenost.

První, vlastně druhý víkendový/letošní/od září výjezd. Na pohodu za sluníčka.

Setřel jsem prach z kola, dofoukl pláště, promazal řetěz a první etapou TT zahájil sezónu, takže větší cíl než to vyjet nepřipadal v úvahu jedéééém, díky za nový ročník :)

Hura hura)))

Bezva silnice

no uvažoval jsem, že se letos z důvodu nedostatku času po trénink nezúčastním, ale nevím, zda je to falešná forma či co, ale jen 5 vteřin za osobákem je hodně povzbudivé

Zlepšení

Zdravím všechny cyklisty! A přeji hodně fajnových kilometrů!!! Nový ročník jsem opět začal na poslední chvíli ale přesto zlepšení - že by Mallorca udělala své!?!

Evoluce se nedá zastavit. Z cyklisty se měním na plaza.

Zdravím a velký dík organizátorům! Soupeřům pak přeji hodně najetých kilometrů a žádné otevřené zlomeniny...

Ideální podmínky bezvětří, teplo, jednička, osobák. To se to jelo.

První jarní trénink, vyjížďka, závod. Na úvod sezóny spokojenost.

Pro po zimním spánku odpočinuté spravedlivá etapa s přátelskou kilometráží.

www.kpo.cz speeded by



Tak ne ze bych byl spokojeny, ale druhý pokus byl alespon pod 9. Trochu to uklidnilo ze to není taková katastrofa ;-)

Je to po zimě horší než jsem čekal... zkusím dneska ještě jednou, ale únava napovídá, že to bude marné.

KPO Tréninková Tour 2016 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	6:59,0	28,6	76
2	Chalupa	Dani	Veslaři Bohemians	1989	7:20,0	27,2	74
3	Chotěborský	Jan	TTT	1981	7:45,6	25,7	72
4	Mužiček	Pavel	TTT	1984	7:51,0	25,5	70
5	Hladík	Martin	Veslaři Bohemians	1988	7:52,0	25,4	69
6	Rada	David	Praha - Kamýk	1976	8:04,0	24,8	68
7	Tajtl	Tomáš	NOVIS TK PRAHA	1975	8:07,4	24,6	67
8	Stráněl	Jiří	SK Velo Praha	1993	8:08,0	24,6	66
9	Švec	Ondřej	Veslaři Bohemians	1996	8:10,0	24,5	65
10	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	8:14,0	24,3	64
11	Stranel	Jiri	NOVIS TK PRAHA	1972	8:19,0	24,0	63
12	Vidner	Štěpán	TSK Praha	1985	8:19,5	24,0	62
13	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:24,0	23,8	61
14	Třeček	Jakub	Veslaři Bohemians	1997	8:32,2	23,4	60
15	Goder	Josef	OutdoorOutsiders	1982	8:37,0	23,2	59
16	Mazanec	Martin	Černošice Mteam	1991	8:44,0	22,9	58
17	Novotný	Jan	TTT	1978	8:52,0	22,5	57
18	Jakouš	Josef	Scorpios 77	1977	8:53,0	22,5	56
18	Kolomazník	Jan	OutdoorOutsiders	1982	8:53,0	22,5	56
20	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	8:57,1	22,3	54
21	Troost	Diederik	TTT	1975	8:59,0	22,2	53
22	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:08,0	21,9	52
23	Jindra	David	TSK Praha	1992	9:13,0	21,7	51
24	Karochová	Simona	OutdoorOutsiders	1988	9:17,0	21,5	50
25	Pivrnec	Jan	TTT	1988	9:21,0	21,4	49
26	Hampl	Pavel	CK Vinohradské šlapky	1982	9:22,0	21,3	48
27	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:26,0	21,2	47
28	Malá	Lucie	MKV Sport	1980	9:30,5	21,0	46
29	Souček	Jiří	TTT	1993	9:33,1	20,9	45
30	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:35,1	20,8	44
31	Mašek	Martin	NOVIS TK PRAHA	1976	9:41,0	20,6	43
32	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:46,0	20,5	42
33	Skála	Radim	Sokol Veltěž	1976	9:47,0	20,4	41
34	Zušťák	Vladislav	Triathlon Praha Háje	1980	9:50,0	20,3	40
35	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:57,0	20,1	39
36	Sekyra	Michal	Weekend Warriors Prague	1975	10:05,0	19,8	38
37	Novotný	Petr	NOVIS TK Praha	1961	10:07,0	19,7	37
38	Mazanec	Jiří	Černošice Mteam	1958	10:08,0	19,7	36
39	Kubelková	Jana	OutdoorOutsiders	1985	10:10,0	19,7	35
39	Zimmermann	Tomas	Vestec	1971	10:10,0	19,7	35
41	Marhold	Jiří	KPO	1981	10:26,0	19,2	33
42	Pecha	Martin	OutdoorOutsiders	1982	10:29,0	19,1	32
43	RAPSA	JAN	Ultima K.lap Team	1983	10:34,0	18,9	31
44	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:37,0	18,8	30
45	Švorc	Jiří	Mkv sport	1963	10:40,0	18,7	29
46	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:42,0	18,7	28
47	Vencl	Petr	MKV Sport	1952	10:44,0	18,6	27
48	Švec	Petr	KPO	1955	10:45,0	18,6	26
49	Malášek	Michal	KPO	1970	10:51,0	18,4	25
50	Pospíšilová	Blanka	OutdoorOutsiders	1985	10:54,0	18,3	24
51	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	10:55,0	18,3	23
52	Zelený	Jiří	Radotín	1963	11:03,0	18,1	22
53	Jennel	Robert	MKV Sport	1968	11:08,0	17,9	21
54	Hintnaus	Jan	Veslaři Bohemians	1990	11:19,0	17,7	20
55	Příbrský	Dušan	KPO	1965	11:21,0	17,6	19
56	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	11:22,0	17,6	18
57	Malý	Petr	MKV Sport	1980	11:24,0	17,5	17
57	Štefan	Ladislav	KPO	1955	11:24,0	17,5	17
59	Švihlík	Martin	TTT	1968	11:32,0	17,3	15
60	Krpata	Jan	KPO	1962	11:40,0	17,1	14
60	Martinka	Jiří	TTT	1969	11:40,0	17,1	14
62	Šiml	Jan	NOVIS TK PRAHA	1967	11:41,0	17,1	12
63	Daniček	Martin	MKV Sport	1956	11:53,0	16,8	11
64	Koďous	Petr	Triathlon Praha Háje	1980	12:05,0	16,5	10

	tým	účast	bodů
1	Veslaři Bohemians	6	214
2	TTT	10	209
3	OutdoorOutsiders	7	186
4	NOVIS TK PRAHA	5	178
5	KPC Praha	4	130
6	Vagnerteam	2	122
7	TSK Praha	2	115
8	MKV Sport	9	111
9	Černošice Mteam	2	96
10	KPO	7	91
11	H.I.C.	2	77
12	Praha - Kamýk	1	69
13	SK Velo Praha	1	67
14	Scorpios 77	1	57
15	CKKV	1	53
16	Triathlon Praha Háje	2	52
17	CK Vinohradské šlapky	1	49
18	Sokol Veltěž	1	42
19	PLUTO team Praha	1	40
20	Weekend Warriors Prague	1	39
21	Vestec	1	36
22	Ultima K.lap Team	1	32
23	Radotín	1	23
24	Klatovy	1	19
25	Dragons unlimited	2	7

Motivujte své týmové kolegy či známé:

V hodnocení týmů se počítají body tří nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES



KVASNIČKA
www.mkvSPORT.cz



www.cyklonaradi.cz
Co Čech, to cyklomechanik!

JanKrpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

anketa KILOMETRY
KM
kolik máš najeto?

pro TT doporučujeme pláště:



65	Kočová	Alena	KPO	1962	12:40,0	15,8	9
65	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	12:40,0	15,8	9
67	Háková	Kateřina	TTT	1992	13:00,0	15,4	7
68	Legnerová	Lenka	TTT	1989	13:34,0	14,7	6
69	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	13:40,0	14,6	5
70	Hývl	Jiří	KPC Praha	1984	14:30,0	13,8	4
71	Marounková	Jaroslava	Dragons unlimited	1956	14:49,0	13,5	3
72	Benda	Renda	Dragons unlimited	2016	16:34,0	12,1	2

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Jsem první hlásící? :-)

VSE NEJLEPSI do noveho cyklistickeho roku! a hlavne HODNE ZDRAVI VSEM!!!

Všechno chtělo, jen nohy stávkovaly. :-)

První letošní svezení na silničce, ale dobrý, docela milej kopec na úvod.

Po soustředění a v novém týmu...prostě paráda, i když bolavá:)

po 6-7 letech ? :-)

Škoda že jsem nestihl víc pokusů. Hned zkraje etapy, letos potřetí na kole a hned zlepšení osobáčku. Chvála běžkám.

První jarní interval je vždy velká neznámá, obzvlášť dva dny po střešní viróze... ale nakonec maximální spokojenost.

Výsledek první etapy

Luxusní svezení, sice jsem to nemohl udechat, ale časem jsem se vrátil kupodivu o pár sezón zpět (a to fakt netuším, čím to, protože z kola jsem stíral nánosy ještě z loňského Aerorace, váha dolů nešla, byla zima a nefoukalo...)

únava po tréninku v posilovně, ale nový asfalt příjemně překvapil

Díky novému asfaltovému povrchu to byla pastva pro tělo i duši...

na krásnou velikonoční neděli jsem vykoledoval osobáček!

do odbočky vpravo na půl plynu, stejně mi pak došlo. Ještě zkusím

Super nová silnice :-)

poprvé letos na kole...

dnes silně foukalo a tak nevím, jestli mě to nějak pomohlo a nebo naopak

Na to, že mám rekordní nadváhu tak kupodivu rekordní čas. Nadváha jsou asi svaly :-), vítr cítit nebyl ale v zádech ho asi trochu bylo. Hlavní dík patří kolu, vytáhl jsem jedničku letos poprvé a dobrému asfaltu.

Úvodní výkon sezony stanoven, bude co zlepšovat, ale pocity z vyjížďky dobré. Úsek od odbočky z hlavní až na Točnou nádherný.

V zimě jsem téměř tři měsíce "proletkoval" se zlomenou rukou. A teď hned po zánětu průdušek. Snad se to bude zlepšovat.

Díky za nový koberec, jste by chtělo zatopit :-)

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2015 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágnér	Marek	Vagnerteam	1989	7:23,0	27,1	44
2	Chyba	Jiří	MKV sport	1979	7:28,7	26,7	42
3	Šicha	Martin	Dragons Unlimited	1978	8:01,0	24,9	40
4	Stráněl	Jiří	SK Velo Praha	1993	8:03,0	24,8	38
5	Stranel	Jiri	NOVIS TK PRAHA	1972	8:17,0	24,1	37
6	Tajtl	Tomáš	NOVIS TK PRAHA	1975	8:17,2	24,1	36
7	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:27,0	23,6	35
8	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	8:41,0	23,0	34
9	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	2015	8:57,0	22,3	33
10	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:04,0	22,0	32
11	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:08,5	21,9	31
12	Goder	Josef	OutdoorOutsiders	1982	9:13,0	21,7	30
13	Kolomazník	Jan	OutdoorOutsiders	1982	9:19,0	21,4	29
14	Škába	Pavel	NOVIS TK PRAHA	1974	9:23,0	21,3	28
15	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:24,0	21,3	27
16	Mašek	Martin	NOVIS TK PRAHA	1976	9:29,3	21,1	26
17	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	9:35,0	20,8	25
18	Vágnér	Martin	Vagnerteam	1959	9:43,2	20,6	24
19	Kroupa	Štěpán	HiSport Team	1975	10:09,3	19,7	23
20	Rudá	Eliška	OutdoorOutsiders	1986	10:14,0	19,5	22
21	Malá	Lucie	MKV Sport	1980	10:23,0	19,2	21
22	Mazanec	Jiří	Černošice Mteam	1958	10:30,0	19,0	20
23	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:33,0	18,9	19
24	Švec	Petr	KPO	1955	10:35,0	18,9	18
25	Kodous	Petr	Triatlon Praha Haje	1980	10:39,8	18,7	17
26	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:40,0	18,7	16
27	Kubelková	Jana	OutdoorOutsiders	1985	10:42,0	18,7	15
28	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	10:55,0	18,3	14
29	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:58,0	18,2	13
30	Daniček	Martin	MKV Sport	1956	11:09,0	17,9	12
31	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	11:10,0	17,9	11
32	Šiml	Jan	NOVIS TK PRAHA	1967	11:20,0	17,6	10
33	Malášek	Michal	KPO	1970	11:21,0	17,6	9
34	Štefan	Ladislav	KPO	1955	11:22,0	17,6	8
35	Malý	Petr	MKV Sport	1980	11:36,0	17,2	7
36	Kučerová	Monika	Vagnerteam	1989	12:36,0	15,9	6
37	Marhold	Pavel	KPO	1979	13:31,6	14,8	5
38	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	13:44,0	14,5	4
39	Kočová	Alena	KPO	1962	14:07,0	14,2	3
40	Marounková	Jaroslava	Dragons Unlimited	1956	15:05,0	13,2	2

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

	tým	účast	bodů
1	NOVIS TK PRAHA	5	106
2	OutdoorOutsiders	5	98
3	MKV sport	7	84
4	KPC Praha	4	78
5	Vagnerteam	3	77
6	Dragons Unlimited	2	44
7	KPO	5	40
8	SK Velo Praha	1	39
9	Praha-Kamýk	1	36
10	Cykloservis Petr	1	34
11	CKKV	1	33
12	Klatovy	1	26
13	HiSport Team	1	24
14	Černošice Mteam	1	21
15	PLUTO team Praha	1	20
16	Triatlon Praha Haje	1	18

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR FACINO BICYCLES



Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN



pro TT doporučujeme pláště:



Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

První vyjízka díky první etapě KPO

Místy v silném protivětru, poslední minutu na 190bpm.. chvála běžkám!

První letošní interval a nakonec slušně jen vteřinu za osobákem.

První letošní vyjízka na silničce a hned mne kamarádi 'donutili' k časovce. Nakonec to nebylo tak hrozné jak jsem se obával. Buď se projevila zima na běžkách nebo jsem prostě dobrej.

Na TT jsem vyrazila hned 18.3. ráno v sedm, pro rozjetí si dala dva slušné kopce a na Točné málem umřela... Takže hlásím až druhý pokus, který byl přeci jen lepší :-)

Vyjel jsem to, já jsem to fakt vyjel :)

Jestli nebudu poslední tak to bude suchces. Jelikož dostat buřtíka na kopec bylo dost strašidelné.

Sorry, jsem to zase já. Žádný nový čas neposílám, jenom měním dres: můžete mi PDBC změnit na Dragons Unlimited? Díky !

líp to momentálně nedám, ale někdo ten jeden bod urvat musí, že?

ahoj cyklisti, není dobrý nápad vykazovat km ze segmentu strava.com - začínají vždy kousek za začátkem a končí kousek před koncem - čas na strava je tudíž menší !

nejhezčí den jsem prováel v lázních a tak jsem musel jet v zimě a větru, ale čas podobný co loni, ale na rychlejším kole, tak uvidíme příště

A zase v jednom kole.

dnes první vyjetí na silničce a hned intenzita do kopce:-). Ale dobrý, vyjel jsem to.

V nejhorším počasí, ale nejlepším čase. To mám asi za to, že to nechávám na poslední den.

Čas bídný, ale po dvou měsících na berlích sotva můžu chtít víc. V závěru jsem ztuhl jako Sagan v Harelbeke.

Má ho dlouhej metr!

Čas na vteřinu stejný jako loni. Ale to je jasný cyklista, kolo a kopec zůstali stejní.

Každý začátek je těžký, teď už se to bude jen lepší. 1. letošní jízda na silničním kole.



KPO Tréninková Tour 2014 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Krause	David	Cykloservis Petr	1990	7:36,5	26,0	40
2	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:40,0	25,8	38
3	Chyba	Jiří	MKV sport	1979	8:04,0	24,5	36
4	Navrátil	Tomáš	KPC Praha	1972	8:18,0	23,9	34
5	Šicha	Martin	PDBC	1978	8:21,0	23,7	33
6	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:24,5	23,5	32
7	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	2014	8:33,0	23,2	31
8	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	8:50,3	22,4	30
9	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:08,3	21,7	29
10	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:21,0	21,2	28
11	Mazanec	Martin	Černošice Mteam	1991	9:26,5	21,0	27
12	Souček	Radek	KPC Praha	1962	9:38,0	20,6	26
13	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:43,0	20,4	25
14	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:44,0	20,3	24
15	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	9:57,0	19,9	23
16	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	10:01,0	19,8	22
17	Goder	Josef	OutdoorOutsiders	1982	10:24,0	19,0	21
17	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:24,0	19,0	21
19	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	10:26,0	19,0	19
20	Hustopecký	Tomáš	CykloVAPE	1972	10:31,0	18,8	18
21	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:38,0	18,6	17
22	Kolomazník	Jan	OutdoorOutsiders	1982	10:40,0	18,6	16
23	Venci	Petr	MKV Sport	1952	10:41,0	18,5	15
24	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:46,0	18,4	14
25	Daniček	Martin	MKV Sport	1956	10:47,0	18,4	13
26	Příbrský	Dušan	KPO	1965	10:49,0	18,3	12
27	Švorc	Jiří	Mkv sport	1963	11:03,0	17,9	11
28	Malášek	Michal	KPO	1970	11:09,0	17,8	10
29	Kvasnička	Tomáš	MKV sport	1990	11:25,0	17,3	9
30	Mazanec	Jiří	Černošice Mteam	1958	11:32,0	17,2	8
31	Švec	Petr	KPO	1955	12:11,0	16,3	7
32	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	12:42,0	15,6	6
33	Kučerová	Monika	Vagnerteam	1989	12:53,0	15,4	5
34	Šuh	Martina	PDBC	1967	14:55,0	13,3	4
35	Hlubuček	Tomáš	BKZ	1967	15:29,0	12,8	3
36	Jennel	robert	mkv sport	1968	18:07,0	10,9	2

	tým	účast	bodů
1	KPC Praha	5	94
2	MKV sport	9	89
3	Vagnerteam	3	76
4	Cykloservis Petr	2	73
5	OutdoorOutsiders	3	63
6	PDBC	2	39
7	Černošice Mteam	2	37
8	Praha-Kamýk	1	33
9	KPO	3	32
10	CKKV	1	29
11	PLUTO team Praha	1	25
12	Klatovy	1	23
13	Vestec	1	22
14	CykloVAPE	1	19
15	BKZ	1	4

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES

Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

MKV **KVASNIČKA**
www.mkvsport.cz

BIKE
MARAT
ST

SKI
CENTRUM
BIKE
SABOTÍN

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Náhodně řazené komentáře jezdců:

prováhal jsem pěkný počasí - tak 6st. déšť - alespoň se za rok můžu zlepšit

Poprvé na letňáku, relativně dobrý vítr, ale velmi slabé nohy nezvyklé jezdit do kopce. I tak dobrý.

Podmínky letní, výkon zimní, přesto náznak lehkého zlepšení, takže třeba letos dojde i na nějaký ten souboj na chvostu:)

jeden chabý pokus na poslední chvíli - a na zimáku a už za šera...

Na zimáku bída

Podle mapy jsem se tesil, že bude foukat do zad. Při jízdě se mi však zdalo, že mi sakra fouká protivítr. Zhruba v polí jsem si však všiml, že me po silnici před obíhají suché dubové listy. Tak nevím ... :-). Dale jsem si nezapamatoval, u které značky hlavní silnice je cíl tak jsem raději měřil čas i k te druhé. konečně je to zase tu, krásné počasí, trochu se mi vymstilo, že to bylo v pátek a několik aut mě trochu zbrzdilo, ale zase zlepšení oproti nejlepšímu času, třeba to bude bedna

To se to jezdit na start tréninkovky, když to mam od domu 5 km :-). Alespon síly vydrží delší dobu. Vic takových trati.

Zdravím organizátory i soupeře! Luxusní počasí: o 25 stupňů tepleji než vloni. Čas příjemným překvapením po vleklé viróze, v první části ovšem pomohl i vítr.

Uprostřed minulé sezony jsem si říkal, že letos do toho dám maximum. Ke konci zase, že už to budu jezdit jen výletně. Skutečnost je jako obvykle někde mezi, nemastná neslaná - snažím se imitovat závodní tempo (jelikož mi to jakožto bývalému závodníkovi nedá), ale výsledek je na můj standard podprůměrný. Naštěstí ten kus morálky, co jsem já ztratil, nabral můj týmový kolega, který se rozhodl pojmout letošní ročník velice zodpovědně a dávat do toho všechno. Budíž mu fanděno.

První pokus byl na CX v dešti o 1,5 minuty pomalejší. Druhý pokus na jedničce, spokojenost i když vím, že se to dá zajet lépe.

Krasna nedelní projížďka - 4st., dest, vítr. Ale zase volná a umyta trat.



www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2013 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	8:06,7	24,6	35
2	Herda	Jan	Bony a klid	1983	8:12,0	24,4	33
3	Lehner	Pavel	CK Vinohradské šlapky	1979	8:39,0	23,1	31
4	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:44,0	22,9	29
5	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	1990	9:10,0	21,8	28
6	Šícha	Martin	PDBC	1978	9:18,0	21,5	27
7	Krause	David	Cykloservis Petr	1990	9:20,0	21,4	26
8	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:45,1	20,5	25
9	Janočko	Ján	Ski a bike centrum Radotín	1982	9:49,0	20,4	24
10	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:50,0	20,3	23
11	Hladík	Ondřej	KPO	1976	9:56,0	20,1	22
12	Suvacelli	Michal	SKC Plečky	1992	9:58,0	20,0	21
13	Žižka	David	ELEVEN-RUBENA TEST TEAM	1989	9:59,0	20,0	20
14	Čížek	Martin	Dexter BSK racing	1985	10:00,0	20,0	19
15	Kvita	Roman	D3	1989	10:16,2	19,5	18
16	Kvasnička	miloslav	MKV Sport	1963	10:19,0	19,4	17
17	Sekyra	Michal	Kalas Racing Team	1975	10:35,0	18,9	16
18	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:47,0	18,5	15
19	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:51,0	18,4	14
20	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:52,0	18,4	13
21	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	10:55,0	18,3	12
22	Švec	Petr	KPO	1955	11:00,0	18,2	11
23	Švorc	Jiří	MKV sport	1963	11:38,0	17,2	10
24	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	11:50,0	16,9	9
25	Hustopecký	Tomáš	CykloVAPE	1972	11:59,0	16,7	8
26	Malášek	Michal	KPO	1970	12:02,0	16,6	7
27	Rendl	Václav	Praha - Krč	1960	13:36,0	14,7	6
28	Janda	Jiří	Hisport	1973	14:35,0	13,7	5
29	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	14:51,0	13,5	4
30	Dohnal	Alexej	MKV Sport	1955	14:58,0	13,3	3
31	Marounková	Jaroslava	PDBC	1956	15:37,0	12,8	2

	tým	účast	bodů
1	Vagnerteam	2	62
2	Cykloservis Petr	2	56
3	MKV Sport	5	44
4	KPO	3	43
5	Bony a klid	1	34
6	CK Vinohradské šlapky	1	32
7	PDBC	2	31
8	Praha-Kamýk	1	30
9	Ski a bike centrum Radotín	1	25
10	CKKV	1	24
11	SKC Plečky	1	22
12	ELEVEN-RUBENA TEST TEAM	1	21
13	Dexter BSK racing	1	20
14	D3	1	19
15	Kalas Racing Team	1	17
16	Černošice	1	16
17	PLUTO team Praha	1	15
18	Vestec	1	14
19	Klatovy	1	10
20	CykloVAPE	1	9
21	Praha - Krč	1	7
22	Hisport	1	6

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří nejlepších
+ bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES

Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

BIKE
MARA
ST

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Odjeto na 14kg horáku bez nášlapů s 90% úsilím.

Marnost nad marností, takhle blbě jsem to ještě nejel. Poslední km se nohy málem zastavily.

Protivítr ve sporní části trati moc nepomohl.

S batuzkem na zadech, na MTB, cestou z práce... :-/

20.3. večer, na mtb

26.3. jsem si to chtěl zajet na čas doopravdy, ale povinnosti a kosa mě nepustily, takže píšu čas turistického oťukání z minulého týdne :(
supr počasí, mezičas na křižovatce 2:46,3 na otevřených úsecích v serpentínách mírný protivítr, sjezd dolů za 5:02,4 pozor na kameny v zatáčkách...R.
čerství vítr proti, nešlo to hold rozjet

Skoro všechno bylo světový - kopec jak v Alpách, vítr jak na Floridě, zima jak na Sibiři jen ten čas velmi lokální...

Sorry, čas téměř nepublikovatelný /co taky čekat po zimní pauze a po nemoci/, ale první TT-čko nemůžu vynechat! Druhé pokus dneska v silném větru skoro o minutu horší, takže ten třetí už si odpustím :-)

ještě 1.etapa...spíše pro účast...

Jediný pokus za nejlepšího počasí (druhá středa). O 10 stupňů méně, než loni a tak se zlepšení loňského času nekonalo, ale jen o 3 vteřiny horší, tak super. Snad už ten marast skončí!!!

Silnej, ledovej protivítr vzal zbytky sil, co zbyly po zime, takže poslední místo to jisti ;]

Teda, dat ji jako první letosní svíh rovnou tréninkovou tour, to ten výsledek bude podle toho vypadat :-(((A jeste silny protivítr v minus 6 C

Suvacelli = MTB

měřil jsem to mobilem

Minus 4, protivítr v úvodu, nabalenej jak pumpa. Radši jsem ani nedýchal. Čas tomu bohužel odpovídá. KDE JE JARO?

Na to, že to byla první jarní vyjížďka, tak docela dobrý. I když horší čas, než v předchozích dvou letech...

V mrazu, protivětru, bolavý novy, ale stejně o čtyři vteřiny lépe než loni :-)

Skal a stepí divočinou
hladový a roztrhaný
s Campou v ruce s ohněm v srdci
uhání vpřed TTčkám.

Na Zbraslvi a v povodí,
jak hejna hladových vran,
řadí bílých eskadrony
uhání vpřed TTčkám

Od mostu s větrem o závod,
až po tichý obzor tam
rozmetal divize bílých
slavný cyklista sám

Všechna síla, štěstí, život
byl jim revolucí dán,
proletářům všeho světa
příkladem jde TTčkám.

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2012 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:27,9	26,8	42
2	Prager	Karel	CK Vinohradské Šlapky	1963	7:42,9	25,9	40
3	Lehner	Pavel	CK Vinohradské šlapky	1979	7:49,0	25,6	38
4	Kadlec	Rudolf	KPO	1984	8:00,5	24,9	36
5	Herda	Jan	Bony a klid	1983	8:02,0	24,9	35
6	Sýkora	Robert	CK Vinohradské Šlapky	1972	8:05,0	24,7	34
7	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	1990	8:39,0	23,1	33
8	Rada	David	Praha Kamýk	1976	8:41,0	23,0	32
9	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	8:43,8	22,9	31
10	Šícha	Martin	PDBC	1978	8:48,0	22,7	30
11	Vaculík	Jan	Impromat Zachy BT	1972	8:51,0	22,6	29
12	Šejna	Karel	CKKV	1958	8:58,0	22,3	28
13	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	8:58,5	22,3	27
14	Vejvoda	Josef	CKKV	1963	9:02,0	22,1	26
15	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:06,0	22,0	25
16	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	9:17,0	21,5	24
17	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:19,0	21,4	23
17	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:19,0	21,4	23
19	Skála	Radim	Sokol Veltěž	1976	9:28,0	21,1	21
20	Mitáš	Radovan	Energy Team	1977	9:30,6	21,0	20
21	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:05,0	19,8	19
22	Marhold	Jiří	KPO	1981	10:06,0	19,8	18
23	Kvasnička	Tomáš	MKV Sport	1990	10:20,0	19,3	17
24	Malášek	Michal	KPO	1970	10:28,0	19,1	16
25	Jelínek	Martin	H.I.C.	1972	10:34,0	18,9	15
25	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:34,0	18,9	15
27	Krause	David	Cykloservis Petr	1990	10:38,2	18,8	13
28	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:47,0	18,5	12
29	Štefan	Ladislav	KPO	1955	10:54,0	18,3	11
30	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:56,0	18,3	10
31	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	12:08,0	16,5	9
32	Goliáš	Stanislav	KPC Praha	1969	12:28,0	16,0	8
33	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	12:30,0	16,0	7
34	Zuzák	Václav	KPC Praha	1978	13:00,0	15,4	6
35	Marounková	Jaroslava	PDBC	1956	14:20,0	13,9	5
36	Šťastná	Aneta	KPC Praha	1994	14:30,0	13,8	4
37	Benešová	Denisa	KPC Praha	1980	15:38,0	12,8	3
38	Cvek	Martin	KPC Praha	1978	15:45,0	12,7	2
-	<i>Kvasnička</i>	<i>Miloslav</i>	<i>MKV Sport</i>	<i>1963</i>	<i>8:16,4</i>	<i>24,1</i>	<i>-</i>

	tým	účast	bodů
1	CK Vinohradské Šlapky	3	115
2	KPO	5	82
3	Vagnerteam	2	75
4	CKKV	2	56
5	H.I.C.	3	55
6	KPC Praha	7	51
7	MKV Sport	3	50
8	Cykloservis Petr	2	48
9	PDBC	2	37
10	Bony a klid	1	36
11	Praha Kamýk	1	33
12	Impromat Zachy BT	1	30
13	Praha 4	1	25
14	Sokol Veltěž	1	22
15	Energy Team	1	21
16	PLUTO team Praha	1	20
17	Černošice	1	16
18	Vestec	1	11

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR FACINO BICYCLES

Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

www.cyklonaradi.cz
Co české cyklomechanik!

BIKE
MARAT
ST

MKV **KVASNIČKA**
www.MKVSPORT.cz

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Náhodně řazené komentáře jezdců:

info o týmech: www.kpo.cz/tt/2012/tymy2012.pdf

Pravidelná úterní vyjížďka na horském kole.

S vlekem :-). Točnou s nosičem a brašnou na silničce asi moc lidí nedalo, stejně jako po 230km včera a běhu do vrchu to nebyl úplně nejšťastnější nápad :D Lehce přes "vosum" a opravovat to nebudu! Grogy, totál ...

v kompenzaci

Kvasnička na elektro kole KTM 8:16,4

nejdříve rozjetí na 90km a pak pěkně švihově až nahoru, šlo by i líp, ale i tak velká spokojenost

Napodruhé poslední den za parádních podmínek, oproti prvnímu pokusu hlavně výrazný rozdíl v teplotě

Hurá TT je tu

Horší výsledek než minulý rok. Je totok možné? Žel bohu, ano.

trochu horší než loni: koleno nově bez menisku dobrý, ale kde zůstaly plíce... nevíte o nějakých, třeba na aukru ?

Trénink na běžkách se projevil i na kole. Zlepšení oproti minulému roku. Chtěl jsem to sice zkusit ještě jednou if to nebude ještě lepší, ale jako obvykle nebyl čas....

v nejteplejší den, bohužel, trochu větrný, ale čas snad dobrý, skoro o minutu lepší než loni, kdy to však bylo na mtb.

Bolelo to, ale co taky chtít takhle na začátku sezóny, že? Každopádně lepší podmínky než dnes (neděle 1.4. - zcela sucho a citelný vítr do zad) už do konce termínu této TT asi nebudou.

první a poslední pokus; na to že po nemoci mi to zas nepříjde tak špatné

Nové kolo dobře mete.

Pravidelná úterní vyjížďka na horském kole.

Ještě mě to baví.

Zdravím soupeře! Poslední den v hezkém počasí, čas byl milým překvapením, pocity dobré. Ale asi spíš než v nohách je to v materiálu (taky dobrý, aspoň ty peníze nešly do kanálu). Zatím nehodnotím, jedna vlašťovka jaro nedělá...

Ahoj, čas slabý, ale na lepší nemám, snad příště PEPA

Vyplatilo se vyjet ráno. Odpoledne víc foukalo, na cukráku sundávali padáčkáře vrtulníkem ze stromu. Čas zajetý přibližně v poledne po 100 km tréninku není špatný.

www.kpo.cz speeded by **active 24**

KPO Tréninková Tour 2011 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Míl	Robert	KPO	1978	7:28,0	26,8	29
2	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:49,0	25,6	27
3	Hrabal	Josef	SoS	1981	8:35,5	23,3	25
4	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	8:58,0	22,3	23
5	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:07,2	21,9	22
6	Miloslav	Kvasnička	MKV Sport	1963	9:12,0	21,7	21
7	Šícha	Martin	PDBC	1978	9:14,0	21,6	20
8	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	1990	9:16,0	21,6	19
9	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:20,0	21,4	18
10	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:22,2	21,3	17
11	Rada	David	Praha Kamýk	1976	9:43,0	20,6	16
12	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:46,0	20,5	15
13	Marhold	Jiří	KPO	1981	9:49,0	20,4	14
14	Mitáš	Radovan	Etriatlon Team	1977	9:50,1	20,3	13
15	Štefan	Ladislav	KPO	1955	10:39,0	18,8	12
16	Krpata	Jan	KPO	1962	10:44,3	18,6	11
17	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:45,0	18,6	10
18	Zink	Josef	Praha - Modřany	1952	10:59,0	18,2	9
19	Jelínek	Martin	H.I.C.	1972	11:01,0	18,1	8
20	Kny	Martin	Praha 4	1983	11:12,0	17,8	7
21	Příbrský	Dušan	KPO	1965	11:24,0	17,5	6
22	Malášek	Michal	KPO	1970	11:58,0	16,7	5
23	Marhold	Pavel	KPO	1979	13:00,0	15,4	4
24	Marounková	Jaroslava	PDBC	1956	13:30,0	14,8	3
25	Paukert	Josef	H.I.C.	1976	15:52,0	12,6	2

	tým	účast	bodů
1	KPO	8	69
2	Vagnerteam	2	51
3	H.I.C.	4	45
4	SoS	1	26
5	PDBC	2	25
6	MKV Sport	1	22
7	Cykloservis Petr	1	20
8	KPC Praha	1	18
9	Praha Kamýk	1	17
10	PLUTO team Praha	1	16
11	Etriatlon Team	1	14
12	Praha - Modřany	1	10
13	Praha 4	1	8

Náhodně řazené komentáře jezdců:

info o týmech: www.kpo.cz/2011/tymy-2011.pdf

druhý pokus, tentokrát bez batůžku :-)

Na zimáku, ještě poletoval sníh a hlavně s 87,5 kg živé váhy oproti 80,5 v roce 2009.

Sláva, TT je tu!

Po sedmiměsíční pauze a na konci objemovky, jsem byl rád že jsem vyjel, a to prosím ani jednou neslezl. Což bohužel u mně není nic nemožného. Jsem troska

Po sérii silových intervalů jen tak na zkoušku. Za kolik se to tak jezdívá?

prům 296W :-(@ prům HR 168

Po 55km, po 5 dnech na kole, s těžkým batohem na zádech na přetěžkém zimákově.....ale přece sem si z mostu odbočil na druhou stranu pro ten 1 bod za účast :-))

Ani to snad nemá cenu hlásit. Jel jsem v hrozně nepohodě. Ale snad lespoň pro ten jeden bod ... :-)

na mtb, krásné počasí, jen trochu více aut

Druhý pokus, nemastná neslaná jízda, bez elánu. Ty plíce zhruba uprostřed kopce mi tam prosím nechte, vyzvednu si je později až se vzpamatuju. 179 průměrný tep, výletní tempo to tedy moc nebylo

První pokus, snad se dostanu ještě k nějakému dalšímu ...

Byla to krásna avšak smutná etapa. Smutná, protože to bylo poslední a rozlučkové TTčko pro mého miláčka. Teď již má jiného majitele a já doufám, že dokážu dostatečně rychle doplnit svou stáj o nového mustanga a přestanu vám zavídat, jak km přibývají.

Zdravím všechny v další saissoně a přeju hodně kilometrů a žádné pády.

Na zimáku a s rancem na zádech...

KPO Tréninková Tour 2010 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Beneš	Petr	Vinohradské šlapky	1978	7:57,6	25,0	25
2	Prager	Karel	Vinohradské šlapky	1963	7:57,7	25,0	23
3	Lehner	Pavel	Vinohradské šlapky	1979	8:17,0	24,0	21
3	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	8:17,0	24,0	21
5	Kadlec	Rudolf	KPO	1984	8:24,0	23,7	18
6	Holub	Václav	CK Mladá Vožice	1983	8:36,0	23,2	17
7	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	8:47,6	22,7	16
8	Lauda	Pavel	Všetaty	1963	9:04,8	21,9	15
9	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:09,0	21,8	14
10	Bartoš	Tomáš	H.I.C	1968	9:18,0	21,4	13
11	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:33,4	20,8	12
12	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:41,0	20,6	11
12	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:41,0	20,6	11
14	Kny	Martin	Praha 11	1983	10:32,0	18,9	9
15	Hraba	Pavel	CKKV	1947	11:02,0	18,1	8
16	Zink	Josef	Praha - Modřany	1952	11:18,0	17,6	7
17	Marhold	Pavel	KPO	1979	11:32,0	17,3	6
18	Klimesová	Gabriela	alltraining.cz	1976	11:34,0	17,2	5
19	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	11:37,0	17,1	4
20	Malášek	Michal	KPO	1970	11:48,0	16,9	3
21	Švec	Petr	KPO	1955	11:57,0	16,7	2



Náhodně řazené komentáře jezdců:

info o týmech: www.kpo.cz/2010/tymy-2010.pdf

Jízda s 5-ti kilovým zimním batohem a silným proti

Zaprášené sedlo a stále ještě letní čas na computeru mi ještě před vyjetím daly najevo, že dneska to nebude optimální. Když jsem dorazil na Zbraslav pokračuji raději dál po rovině směrem na Vrané. Vracím se po chvíli s prvními letošními 20km na computeru. Mám natrénováno a hurá na časovku. Chvilí mi trvá než si vzpomenu jak pustit stopky a vyrážím. Pěkně na kašpárka až nahoru. Každopádně díky KPO za vyjížďku a dva body za poslední místo v etapě :-)

že já tudy nejela i cestou zpět...na tom tankodromu do Zbraslavi jsem prorazila obě duše (ještě jsem se mohla proletět přes auto)...a zbytek šla pěšky...

O dvě vteřinky lepší než loni jen s malým rozdílem, že dnes jsem to jel na zimáku s blatníčky se zátěží v batohu a loni na letňáku

Jel jsem co to šlo, ale zimní lenošeni se projevilo dost zřetelně:-)

Konečně že už je tu TT! Po MTB poslední předjarní jsem obden vytáhl letňáka, setřel pavučiny, dohustil a vyrazil. Lehkost jízdy byla tak neuvěřitelná, že jsem skoro chtěl křičet Gary, ty ses tehda spletl:o) Dojel jsem si stovku, sice nějakou říjnovou, ale i tak potěšila a vydrápal se na Točnou, čas ještě zoufalejší, než loni, ale chuť na další jízdy veliká.

Ahoj

zima, sychravo, na zimákovi. Kdo by v tuhle dobu trénoval...

na zimákovi

ahoj, tak to letos pro srandu se synem zkusíme...

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2009 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Okrouhlický	Tomáš	AC Sparta	1985	7:30,0	26,6	24
2	Prager	Karel	Vinohradské Šlapky	1963	8:16,0	24,2	22
3	Herda	Jan	Dobřichov	1983	8:21,0	23,9	20
4	Lehner - Léňa	Pavel	Vinohradské šlapky	1979	8:41,0	23,0	18
5	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:08,0	21,9	17
6	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:17,0	21,5	16
7	Marhold	Pavel	KPO	1979	9:23,0	21,3	15
8	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:47,0	20,4	14
9	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:52,0	20,2	13
10	Procházka	Jan	KPO	1982	10:10,0	19,7	12
10	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:10,0	19,7	12
12	Horna	Sáva	CK Sportblazek.cz	1982	10:29,0	19,1	10
13	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:33,0	18,9	9
14	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	10:35,0	18,9	8
15	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:36,0	18,8	7
16	Příbrský	Dušan	KPO	1965	10:45,0	18,6	6
17	Mitáš	Radovan	Etriatlon.cz	1977	11:10,4	17,9	5
18	Malášek	Michal	KPO	1970	11:18,0	17,7	4
19	Hraba	Pavel	CKKV	1947	11:24,0	17,5	3
20	Marhold	Jiří	KPO	1981	11:27,0	17,4	2

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Fakt povedený švih - 57km proti větru, u Jesenice jsem udělal osmičku ze zadního Rapida, tak jsem povoloval brzdu. Nohy ztuhlé, pocit na nic, ale slunce, asi +3C a slabý vítr od Z. Prvně v životě jsem to jel a myslím, že na Točnou nebudu rád vzpomínat. S 52/19 jsem ty zatáčky drobet přehnal, 52/21 OK. Dostal se jen 20tepů pod maximálku, což bylo strašně málo - 8:21 mi normálně kazí pověst! Cestou zpátky mi vylít čep ze šaltru a XT v řiti. To byla sobota jako fík ...

Po několika metrech nahoru jsem pochopil, že vůbec nepůjde o čas, ale pouze o přežití kopce a přežití.

Na letňáku, ale nohy slaboučké, musím ještě vyjet a zajet něco lepšího. Dávejte bacha při odbočování z hlavní je tam bláto!

úvodní jízda (ve smyslu letošní...) takže spousta času se kochat. Skoro bych řekl, že ten úvodní kopec je rok od roku delší. No jo, bude to chtít ještě poladit...

Trochu se stydím, protože to tento rok byla moje první vyjížďka. Ano, celou zimu jsem se flákal. Byla to bída, ale svoji sezonu začínám stylově stejným časem jako před rokem. Snad už to bude jen lepší a lepší

Ahoj.

Možná by to bylo lepší, kdybych to zkusil vícekrát, ale do konce etapy se už na kolo nedostanu.

Tvrdá, ale očekávaná realita. Jó, kde že ty o minutu lepší časy jsou :-((

Díky neznámému! Jel jsem si to jen tak projet, ale předem mnou někdo vyrazil do stoupání, takže z toho byl i trochu závod a lepší čas než loni :-)

Na zimáku tak na 90 per. Vítr do zad a to znova nebude. Jinak čas jak loni. No to si nechám a uvidíme. Ale proč to píšu. Potkal jsem tam borce s velkým B. Tomáše Okrouhlického. Tak jsme pokecali a zmínil sem se mu o TT. Tak to v rámci tréninku kvůli nám zajel. Pouze se lehce opotil a jel na trénink na dráhu. A tak jsem to nahlásil.

Ahoj, můžeš mě tam ještě šoupnout do Zbraslav-Točná, nestihnul jsem poslat čas, tedy měl jsem to za 9:47. Díky a příště se už polepším.

KPO Tréninková Tour 2008 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Hošek	Michal	laura & betty	1977	8:26,3	23,6	33
2	Marhold	Pavel	kpo	1979	8:30,0	23,4	31
3	Jelínek	René	KPO	1979	8:37,2	23,1	29
4	Kadlec	Rudolf	KPO	1984	8:40,0	23,0	27
5	Prager	Karel	Sokol Sojovice	1963	8:41,0	22,9	26
5	Sedláček	Ondřej	KPO	1982	8:41,0	22,9	26
7	Okrouhlický	Tomáš	AC Sparta Praha	1985	9:00,0	22,1	24
8	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:07,0	21,9	23
9	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:09,0	21,8	22
10	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:09,2	21,8	21
11	Jakub	Čech	MKV Sport	1990	9:21,0	21,3	20
12	Kvasnička	Tomáš	MKV Sport	1990	9:24,0	21,2	19
13	Krpata	Jan	KPO	1962	9:38,1	20,7	18
14	Klos	Jaroslav	SC Kladno	1977	9:41,0	20,6	17
15	Šulc	Zdeněk	Praha - Uhřetěves	1977	9:45,0	20,4	16
16	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:54,0	20,1	15
16	Hustopecky	Tomas	Lochkov	1972	9:54,0	20,1	15
18	Beneš	Petr	Praha	1978	9:57,1	20,0	13
19	Pexa	Zbyněk	Pašeráci	1978	10:14,0	19,5	12
20	Zink	Josef	Praha - Modrany	1952	10:14,0	19,3	12
21	Kozák	Jan	Praha 4	1962	10:18,9	19,3	10
22	Hraba	Pavel	CKKV	1947	10:40,0	18,7	9
23	Stranel	Jiri	SAPPrdi	1972	10:43,0	18,6	8
24	Černý	Jiří	Meduza Barrandov	1969	10:55,0	18,2	7
24	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:55,0	18,2	7
26	Malášek	Michal	KPO	1970	11:00,0	18,1	5
27	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	11:08,0	17,9	4
28	Marhold	Jiří	Krušpánek	1981	11:27,0	17,4	3
29	Mimránková	Jitka	www.bajk.cz	1981	11:29,4	17,3	2

Náhodně řazené komentáře jezdců:

na singlspeedu, časem jsem hodně překvapenej...

Na horáku se slickama. Sněžení.

čas o 14 vteřin lepší než při mimosoutěžním pokusu v loňském roce, bohužel díky aktuálně opravované části silnice jsem musel skoro zastavit, přeju ostatním víc štěstí

V neděli dost foukalo, ale zase oproti sobotě kdy jsem to jel po švíhu s klukama za 08:59,2 nebyla zúžená silnice a nedobrovolný odstartování kvůli příjíždějícímu busu 165 bylo taky znát.. Dal jsem to na krev a na malou. Většinou v kopci na 39/21. Odpočinek oproti sobotě byl taky dost znát.

Zzzima

Holt trénink po prolomené zimě.

Zima, zima, zima, na to že je jaro... škoda času co jsem ztratil šmrdláním s pedálem na startu, v cíli by mi vteřinka vizuálně hodně pomohla:o))

Konečně jsem to prubnul, takže asi první ostrá letošní jízda a taky to podle toho vypadalo... jediný co bylo špičkový bylo chytání dechu v cíli.

Hmm, co k tomuto výkonu dodat? Obhajoba, že jsem totální hobbík, co od začátku roku ujel cca 45km včetně této vyjíždky asi neprojde, co? ;o) Tak snad se to v průběhu sezóny zlepší... Jak by řekl bratr: "Bylo to o kuličku..." a Já dodávám: "skoro jsem to dal za těch 8,5 min." :o)

No jedním slovem špatný. Věřil jsem si na lepší, ale nebylo počasí ani forma.

Na horském kole s širokými plášti a s malým batůžkem na zádech. Nelze za to získat nějakou bonifikaci :-))))?

Na zimákoví. První letošní ostrá jízda - před startem nervozita, v cíli spokojenost :-)

Zdravím opět v novém roce! Nakonec jsem to kolo vytáhnul - Velikonoce, zima, sníh, ale super! Už se těším na pokračování. Zdrac

Díky za tréninkovou tour!!! Je super!!!

KPO Tréninková Tour 2007 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Okrouhlický	Tomáš	Bike Team	1985	7:20,0	27,2	35
2	Kadlec	Rudolf	Praha 12	1984	8:00,3	24,9	33
3	Dubec	Jan	Kola Štorek	1984	8:16,3	24,1	31
4	Pospíšil	Luboš	Praha - Modřany	1979	8:45,0	22,8	29
4	Sladký	Jiří	KPO	1967	8:45,0	22,8	29
6	Sedláček	Ondřej	KPO	1982	8:45,7	22,7	27
7	Kukla	Stanislav	KPO	1975	8:46,0	22,7	26
7	Říha	Miroslav	Vinohradské šlapky	1973	8:46,0	22,7	26
9	Ginzl	Petr	Vinohradské šlapky	1972	8:47,2	22,7	24
10	Sýkora	Robert	Vinohradské Šlapky	1972	8:48,0	22,6	23
11	Vitoch	Marek	KPO	1983	8:54,0	22,4	22
12	Marhold	Pavel	KPO	1979	8:58,0	22,2	21
13	Švec	Petr	KPO	1955	9:01,0	22,1	20
14	Kvasnička	Tomáš	MKV Sport	1990	9:01,7	22,1	19
15	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	9:09,0	21,8	18
16	Krpata	Jan	KPO	1962	9:27,0	21,1	17
17	Diviš	Martin	Klub Klid / Praha	1963	9:39,0	20,6	16
18	Bartoš	Tomáš	HIC Markus	1968	9:46,0	20,4	15
19	Urban	Jakub	Hostivař	1982	9:56,0	20,1	14
20	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	10:00,0	19,9	13
21	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:11,0	19,6	12
22	Malásek	Michal	KPO	1970	10:29,0	19,0	11
23	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:34,0	18,9	10
23	Jelínek	Martin	H.I.C. Markus	1972	10:34,0	18,9	10
25	Hustopecký	Tomáš	Lochkov	1972	10:35,0	18,8	8
26	Zink	Josef	Praha - Modřany	1952	10:37,0	18,8	7
27	Hraba	Pavel	CKKV	1947	10:53,0	18,3	6
28	Janda	Jiří	Vinohradské Šlapky	1973	11:13,6	17,7	5
29	Stranel	Jiri	SAPrdi	1972	11:25,0	17,4	4
30	Dvořáček	Michal	KPO	1975	11:51,5	16,8	3
31	Hlubuček	Tomáš	BKZ	1967	13:38,0	14,6	2

KPO Tréninková Tour 2006 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Okrouhlický	Tomáš	Bike Team	1985	7:29,0	26,7	29
2	Vejvoda	Josef	CKKV	1963	8:29,0	23,6	27
3	Pospíšil	Luboš	Praha - Modřany	1979	8:42,0	23,0	25
4	Vele	Václav	Unhošť	1978	9:10,0	21,8	23
5	Sedláček	Ondřej	kola Ledec nad Sázavou	1982	9:25,2	21,2	22
6	Mandák	Martin	Xstream racing team	1984	9:32,0	21,0	21
7	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:40,0	20,7	20
8	Sýkora	Robert	Vinohradské Šlapky	1972	9:55,0	20,1	19
9	Pohl	Jiří	Vin.Šlap.	1965	9:58,0	20,0	18
10	Koníček	Jiří	Smíchov	1959	9:59,9	20,0	17
11	Procházka	Jan	KPO	1982	10:00,0	20,0	16
12	Krpata	Jan	KPO	1962	10:22,2	19,3	15
13	Ginzl	Petr	Vinohradské šlapky	1972	10:27,0	19,1	14
14	Pícl	Alesh	Dolní Břežany	1973	10:27,1	19,1	13
15	Marhold	Pavel	KPO	1979	10:30,0	19,0	12
16	Švec	Petr	KPO	1955	10:51,0	18,4	11
17	Vysypal	Ondřej	Peloton	1975	10:55,0	18,3	10
18	Koudelka	Jan	KPO	1970	10:55,2	18,3	9
19	Švehla	Pavel	H-H Smíchov	1977	11:10,0	17,9	8
20	Malášek	Michal	KPO	1970	11:32,0	17,3	7
21	Jenčík	Jan	Skeleton Riders	1981	11:35,0	17,2	6
22	Chalupa	Petr	vinohradské šlapky	1967	11:40,0	17,1	5
23	Šimon	Jiří	DA-BA	1966	12:02,0	16,6	4
23	Zink	Josef	Praha- Modřany	1952	12:02,0	16,6	4
25	Jelínek	Martin	H.I.C.-Markus	1972	16:25,0	12,2	2

KPO Tréninková Tour 2015 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:23,0	27,1	44
2	Chyba	Jiří	MKV sport	1979	7:28,7	26,7	42
3	Šicha	Martin	Dragons Unlimited	1978	8:01,0	24,9	40
4	Stráněl	Jiří	SK Velo Praha	1993	8:03,0	24,8	38
5	Stranel	Jiri	NOVIS TK PRAHA	1972	8:17,0	24,1	37
6	Tajtl	Tomáš	NOVIS TK PRAHA	1975	8:17,2	24,1	36
7	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:27,0	23,6	35
8	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	8:41,0	23,0	34
9	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	2015	8:57,0	22,3	33
10	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:04,0	22,0	32
11	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:08,5	21,9	31
12	Goder	Josef	OutdoorOutsiders	1982	9:13,0	21,7	30
13	Kolomazník	Jan	OutdoorOutsiders	1982	9:19,0	21,4	29
14	Škába	Pavel	NOVIS TK PRAHA	1974	9:23,0	21,3	28
15	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:24,0	21,3	27
16	Mašek	Martin	NOVIS TK PRAHA	1976	9:29,3	21,1	26
17	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	9:35,0	20,8	25
18	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:43,2	20,6	24
19	Kroupa	Štěpán	HiSport Team	1975	10:09,3	19,7	23
20	Rudá	Eliška	OutdoorOutsiders	1986	10:14,0	19,5	22
21	Malá	Lucie	MKV Sport	1980	10:23,0	19,2	21
22	Mazanec	Jiří	Černošice Mteam	1958	10:30,0	19,0	20
23	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:33,0	18,9	19
24	Švec	Petr	KPO	1955	10:35,0	18,9	18
25	Kodous	Petr	Triatlon Praha Haje	1980	10:39,8	18,7	17
26	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:40,0	18,7	16
27	Kubelková	Jana	OutdoorOutsiders	1985	10:42,0	18,7	15
28	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	10:55,0	18,3	14
29	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:58,0	18,2	13
30	Daniček	Martin	MKV Sport	1956	11:09,0	17,9	12
31	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	11:10,0	17,9	11
32	Šiml	Jan	NOVIS TK PRAHA	1967	11:20,0	17,6	10
33	Malášek	Michal	KPO	1970	11:21,0	17,6	9
34	Štefan	Ladislav	KPO	1955	11:22,0	17,6	8
35	Malý	Petr	MKV Sport	1980	11:36,0	17,2	7
36	Kučerová	Monika	Vagnerteam	1989	12:36,0	15,9	6
37	Marhold	Pavel	KPO	1979	13:31,6	14,8	5
38	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	13:44,0	14,5	4
39	Kočová	Alena	KPO	1962	14:07,0	14,2	3
40	Marounková	Jaroslava	Dragons Unlimited	1956	15:05,0	13,2	2

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

	tým	účast	bodů
1	NOVIS TK PRAHA	5	106
2	OutdoorOutsiders	5	98
3	MKV sport	7	84
4	KPC Praha	4	78
5	Vagnerteam	3	77
6	Dragons Unlimited	2	44
7	KPO	5	40
8	SK Velo Praha	1	39
9	Praha-Kamýk	1	36
10	Cykloservis Petr	1	34
11	CKKV	1	33
12	Klatovy	1	26
13	HiSport Team	1	24
14	Černošice Mteam	1	21
15	PLUTO team Praha	1	20
16	Triatlon Praha Haje	1	18

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR FACINO BICYCLES



Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN



pro TT doporučujeme pláště:



Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

První vyjízka díky první etapě KPO

Místy v silném protivětru, poslední minutu na 190bpm.. chvála běžkám!

První letošní interval a nakonec slušně jen vteřinu za osobákem.

První letošní vyjízka na silničce a hned mne kamarádi 'donutili' k časovce. Nakonec to nebylo tak hrozné jak jsem se obával. Buď se projevila zima na běžkách nebo jsem prostě dobrej.

Na TT jsem vyrazila hned 18.3. ráno v sedm, pro rozjetí si dala dva slušné kopce a na Točné málem umřela... Takže hlásím až druhý pokus, který byl přeci jen lepší :-)

Vyjel jsem to, já jsem to fakt vyjel :)

Jestli nebudu poslední tak to bude suchces. Jelikož dostat buřtíka na kopec bylo dost strašidelné.

Sorry, jsem to zase já. Žádný nový čas neposílám, jenom měním dres: můžete mi PDBC změnit na Dragons Unlimited? Díky !

líp to momentálně nedám, ale někdo ten jeden bod urvat musí, že?

ahoj cyklisti, není dobrý nápad vykazovat km ze segmentu strava.com - začínají vždy kousek za začátkem a končí kousek před koncem - čas na strava je tudíž menší !

nejhezčí den jsem prováel v lázních a tak jsem musel jet v zimě a větru, ale čas podobný co loni, ale na rychlejším kole, tak uvidíme příště

A zase v jednom kole.

dnes první vyjetí na silničce a hned intenzita do kopce:-). Ale dobrý, vyjel jsem to.

V nejhorším počasí, ale nejlepším čase. To mám asi za to, že to nechávám na poslední den.

Čas bídný, ale po dvou měsících na berlích sotva můžu chtít víc. V závěru jsem ztuhl jako Sagan v Harelbeke.

Má ho dlouhej metr!

Čas na vteřinu stejný jako loni. Ale to je jasný cyklista, kolo a kopec zůstali stejní.

Každý začátek je těžký, teď už se to bude jen lepší. 1. letošní jízda na silničním kole.



KPO Tréninková Tour 2014 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Krause	David	Cykloservis Petr	1990	7:36,5	26,0	40
2	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:40,0	25,8	38
3	Chyba	Jiří	MKV sport	1979	8:04,0	24,5	36
4	Navrátil	Tomáš	KPC Praha	1972	8:18,0	23,9	34
5	Šicha	Martin	PDBC	1978	8:21,0	23,7	33
6	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:24,5	23,5	32
7	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	2014	8:33,0	23,2	31
8	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	8:50,3	22,4	30
9	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:08,3	21,7	29
10	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:21,0	21,2	28
11	Mazanec	Martin	Černošice Mteam	1991	9:26,5	21,0	27
12	Souček	Radek	KPC Praha	1962	9:38,0	20,6	26
13	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:43,0	20,4	25
14	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:44,0	20,3	24
15	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	9:57,0	19,9	23
16	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	10:01,0	19,8	22
17	Goder	Josef	OutdoorOutsiders	1982	10:24,0	19,0	21
17	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:24,0	19,0	21
19	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	10:26,0	19,0	19
20	Hustopecký	Tomáš	CykloVAPE	1972	10:31,0	18,8	18
21	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:38,0	18,6	17
22	Kolomazník	Jan	OutdoorOutsiders	1982	10:40,0	18,6	16
23	Venci	Petr	MKV Sport	1952	10:41,0	18,5	15
24	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:46,0	18,4	14
25	Daniček	Martin	MKV Sport	1956	10:47,0	18,4	13
26	Příbrský	Dušan	KPO	1965	10:49,0	18,3	12
27	Švorc	Jiří	Mkv sport	1963	11:03,0	17,9	11
28	Malásek	Michal	KPO	1970	11:09,0	17,8	10
29	Kvasnička	Tomáš	MKV sport	1990	11:25,0	17,3	9
30	Mazanec	Jiří	Černošice Mteam	1958	11:32,0	17,2	8
31	Švec	Petr	KPO	1955	12:11,0	16,3	7
32	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	12:42,0	15,6	6
33	Kučerová	Monika	Vagnerteam	1989	12:53,0	15,4	5
34	Šuh	Martina	PDBC	1967	14:55,0	13,3	4
35	Hlubuček	Tomáš	BKZ	1967	15:29,0	12,8	3
36	Jennel	robert	mkv sport	1968	18:07,0	10,9	2

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Náhodně řazené komentáře jezdců:

prováhal jsem pěkný počasí - tak 6st. déšť - alespoň se za rok můžu zlepšit

Poprvé na letňáku, relativně dobrý vítr, ale velmi slabé nohy nezvyklé jezdit do kopce. I tak dobrý.

Podmínky letní, výkon zimní, přesto náznak lehkého zlepšení, takže třeba letos dojde i na nějaký ten souboj na chvostu:)

jeden chabý pokus na poslední chvíli - a na zimáku a už za šera...

Na zimáku bída

Podle mapy jsem se tesil, že bude foukat do zad. Při jízdě se mi však zdalo, že mi sakra fouká protivítr. Zhruba v polí jsem si však všiml, že me po silnici před obíhají suché dubové listy. Tak nevím ... :-)) Dale jsem si nezapamatoval, u které značky hlavní silnice je cíl tak jsem raději měřil čas i k te druhé. konečně je to zase tu, krásné počasí, trochu se mi vymstilo, že to bylo v pátek a několik aut mě trochu zbrzdilo, ale zase zlepšení oproti nejlepšímu času, třeba to bude bedna

To se to jezdí na start tréninkovky, když to mam od domu 5 km :-)) Alespon síly vydrží delší dobu. Vic takových trati.

Zdravím organizátory i soupeře! Luxusní počasí: o 25 stupňů tepleji než vloni. Čas příjemným překvapením po vleklé viróze, v první části ovšem pomohl i vítr.

Uprostřed minulé sezony jsem si říkal, že letos do toho dám maximum. Ke konci zase, že už to budu jezdit jen výletně. Skutečnost je jako obvykle někde mezi, nemastná neslaná - snažím se imitovat závodní tempo (jelikož mi to jakožto bývalému závodníkovi nedá), ale výsledek je na můj standard podprůměrný. Naštěstí ten kus morálky, co jsem já ztratil, nabral můj týmový kolega, který se rozhodl pojmout letošní ročník velice zodpovědně a dávat do toho všechno. Budíž mu fanděno.

První pokus byl na CX v dešti o 1,5 minuty pomalejší. Druhý pokus na jedničce, spokojenost i když vím, že se to dá zajet lépe.

Krasna nedelni projizdka - 4st., dest, vitr. Ale zase volna a umyta trat.

	tým	účast	bodů
1	KPC Praha	5	94
2	MKV sport	9	89
3	Vagnerteam	3	76
4	Cykloservis Petr	2	73
5	OutdoorOutsiders	3	63
6	PDBC	2	39
7	Černošice Mteam	2	37
8	Praha-Kamýk	1	33
9	KPO	3	32
10	CKKV	1	29
11	PLUTO team Praha	1	25
12	Klatovy	1	23
13	Vestec	1	22
14	CykloVAPE	1	19
15	BKZ	1	4

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES

Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

MKV KVASNIČKA
www.mkvsport.cz

BIKE
MARA
ST

SKI
CENTRUM
BIKE
SABOTÍN

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz



www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2013 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	8:06,7	24,6	35
2	Herda	Jan	Bony a klid	1983	8:12,0	24,4	33
3	Lehner	Pavel	CK Vinohradské šlapky	1979	8:39,0	23,1	31
4	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:44,0	22,9	29
5	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	1990	9:10,0	21,8	28
6	Šícha	Martin	PDBC	1978	9:18,0	21,5	27
7	Krause	David	Cykloservis Petr	1990	9:20,0	21,4	26
8	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:45,1	20,5	25
9	Janočko	Ján	Ski a bike centrum Radotín	1982	9:49,0	20,4	24
10	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:50,0	20,3	23
11	Hladík	Ondřej	KPO	1976	9:56,0	20,1	22
12	Suvacelli	Michal	SKC Plečky	1992	9:58,0	20,0	21
13	Žižka	David	ELEVEN-RUBENA TEST TEAM	1989	9:59,0	20,0	20
14	Čížek	Martin	Dexter BSK racing	1985	10:00,0	20,0	19
15	Kvita	Roman	D3	1989	10:16,2	19,5	18
16	Kvasnička	miloslav	MKV Sport	1963	10:19,0	19,4	17
17	Sekyra	Michal	Kalas Racing Team	1975	10:35,0	18,9	16
18	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:47,0	18,5	15
19	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:51,0	18,4	14
20	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:52,0	18,4	13
21	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	10:55,0	18,3	12
22	Švec	Petr	KPO	1955	11:00,0	18,2	11
23	Švorc	Jiří	MKV sport	1963	11:38,0	17,2	10
24	Rohrbacher	Michael	Klatovy	1987	11:50,0	16,9	9
25	Hustopecký	Tomáš	CykloVAPE	1972	11:59,0	16,7	8
26	Malášek	Michal	KPO	1970	12:02,0	16,6	7
27	Rendl	Václav	Praha - Krč	1960	13:36,0	14,7	6
28	Janda	Jiří	Hisport	1973	14:35,0	13,7	5
29	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	14:51,0	13,5	4
30	Dohnal	Alexej	MKV Sport	1955	14:58,0	13,3	3
31	Marounková	Jaroslava	PDBC	1956	15:37,0	12,8	2

	tým	účast	bodů
1	Vagnerteam	2	62
2	Cykloservis Petr	2	56
3	MKV Sport	5	44
4	KPO	3	43
5	Bony a klid	1	34
6	CK Vinohradské šlapky	1	32
7	PDBC	2	31
8	Praha-Kamýk	1	30
9	Ski a bike centrum Radotín	1	25
10	CKKV	1	24
11	SKC Plečky	1	22
12	ELEVEN-RUBENA TEST TEAM	1	21
13	Dexter BSK racing	1	20
14	D3	1	19
15	Kalas Racing Team	1	17
16	Černošice	1	16
17	PLUTO team Praha	1	15
18	Vestec	1	14
19	Klatovy	1	10
20	CykloVAPE	1	9
21	Praha - Krč	1	7
22	Hisport	1	6

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří nejlepších
+ bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES

Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

BIKE
MARA
ST

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Odjeto na 14kg horáku bez nášlapů s 90% úsilím.

Marnost nad marností, takhle blbě jsem to ještě nejel. Poslední km se nohy málem zastavily.

Protivítr ve sporní části trati moc nepomohl.

S batuzkem na zadech, na MTB, cestou z práce... :-/

20.3. večer, na mtb

26.3. jsem si to chtěl zajet na čas doopravdy, ale povinnosti a kosa mě nepustily, takže píšu čas turistického oťukání z minulého týdne :(
supr počasí, mezičas na křižovatce 2:46,3 na otevřených úsecích v serpentínách mírný protivítr, sjezd dolů za 5:02,4 pozor na kameny v zatáčkách...R.
čerství vítr proti, nešlo to hold rozjet

Skoro všechno bylo světový - kopec jak v Alpách, vítr jak na Floridě, zima jak na Sibiři jen ten čas velmi lokální...

Sorry, čas téměř nepublikovatelný /co taky čekat po zimní pauze a po nemoci/, ale první TT-čko nemůžu vynechat! Druhé pokus dneska v silném větru skoro o minutu horší, takže ten třetí už si odpustím :-)

ještě 1.etapa...spíše pro účast...

Jediný pokus za nejlepšího počasí (druhá středa). O 10 stupňů méně, než loni a tak se zlepšení loňského času nekonalo, ale jen o 3 vteřiny horší, tak super. Snad už ten marast skončí!!!

Silnej, ledovej protivítr vzal zbytky sil, co zbyly po zime, takže poslední místo to jisti ;]

Teda, dat ji jako první letosní svh rovnou tréninkovou tour, to ten výsledek bude podle toho vypadat :-(((A jeste silny protivítr v minus 6 C

Suvacelli = MTB

měřil jsem to mobilem

Minus 4, protivítr v úvodu, nabalenej jak pumpa. Radši jsem ani nedýchal. Čas tomu bohužel odpovídá. KDE JE JARO?

Na to, že to byla první jarní vyjížďka, tak docela dobrý. I když horší čas, než v předchozích dvou letech...

V mrazu, protivětru, bolavý novy, ale stejně o čtyři vteřiny lépe než loni :-)

Skal a stepí divočinou
hladový a roztrhán
s Campou v ruce s ohněm v srdci
uhání vpřed TTčkám.

Na Zbraslvi a v povodí,
jak hejna hladových vran,
řadí bílých eskadrony
uhání vpřed TTčkám

Od mostu s větrem o závod,
až po tichý obzor tam
rozmetal divize bílých
slavný cyklista sám

Všechna síla, štěstí, život
byl jim revolucí dán,
proletářům všeho světa
příkladem jde TTčkám.

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2012 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:27,9	26,8	42
2	Prager	Karel	CK Vinohradské Šlapky	1963	7:42,9	25,9	40
3	Lehner	Pavel	CK Vinohradské šlapky	1979	7:49,0	25,6	38
4	Kadlec	Rudolf	KPO	1984	8:00,5	24,9	36
5	Herda	Jan	Bony a klid	1983	8:02,0	24,9	35
6	Sýkora	Robert	CK Vinohradské Šlapky	1972	8:05,0	24,7	34
7	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	1990	8:39,0	23,1	33
8	Rada	David	Praha Kamýk	1976	8:41,0	23,0	32
9	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	8:43,8	22,9	31
10	Šícha	Martin	PDBC	1978	8:48,0	22,7	30
11	Vaculík	Jan	Impromat Zachy BT	1972	8:51,0	22,6	29
12	Šejna	Karel	CKKV	1958	8:58,0	22,3	28
13	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	8:58,5	22,3	27
14	Vejvoda	Josef	CKKV	1963	9:02,0	22,1	26
15	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:06,0	22,0	25
16	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	9:17,0	21,5	24
17	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:19,0	21,4	23
17	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:19,0	21,4	23
19	Skála	Radim	Sokol Veltěž	1976	9:28,0	21,1	21
20	Mitáš	Radovan	Energy Team	1977	9:30,6	21,0	20
21	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:05,0	19,8	19
22	Marhold	Jiří	KPO	1981	10:06,0	19,8	18
23	Kvasnička	Tomáš	MKV Sport	1990	10:20,0	19,3	17
24	Malášek	Michal	KPO	1970	10:28,0	19,1	16
25	Jelínek	Martin	H.I.C.	1972	10:34,0	18,9	15
25	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:34,0	18,9	15
27	Krause	David	Cykloservis Petr	1990	10:38,2	18,8	13
28	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:47,0	18,5	12
29	Štefan	Ladislav	KPO	1955	10:54,0	18,3	11
30	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:56,0	18,3	10
31	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	12:08,0	16,5	9
32	Goliáš	Stanislav	KPC Praha	1969	12:28,0	16,0	8
33	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	12:30,0	16,0	7
34	Zuzák	Václav	KPC Praha	1978	13:00,0	15,4	6
35	Marounková	Jaroslava	PDBC	1956	14:20,0	13,9	5
36	Šťastná	Aneta	KPC Praha	1994	14:30,0	13,8	4
37	Benešová	Denisa	KPC Praha	1980	15:38,0	12,8	3
38	Cvek	Martin	KPC Praha	1978	15:45,0	12,7	2
-	<i>Kvasnička</i>	<i>Miloslav</i>	<i>MKV Sport</i>	<i>1963</i>	<i>8:16,4</i>	<i>24,1</i>	-

> Výkony na této trase z minulých ročníků TT, jsou na dalších stránkách.

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Pravidelná úterní vyjížďka na horském kole.

S vlekem :-). Točnou s nosičem a brašnou na silničce asi moc lidí nedalo, stejně jako po 230km včera a běhu do vrchu to nebyl úplně nejšťastnější nápad :D Lehce přes "vosum" a opravovat to nebudu! Grogy, totál ...

v kompenzaci

Kvasnička na elektro kole KTM 8:16,4

nejdříve rozjetí na 90km a pak pěkně švihově až nahoru, šlo by i líp, ale i tak velká spokojenost

Napodruhé poslední den za parádních podmínek, oproti prvnímu pokusu hlavně výrazný rozdíl v teplotě

Hurá TT je tu

Horší výsledek než minulý rok. Je totok možné? Žel bohu, ano.

trochu horší než loni: koleno nově bez menisku dobrý, ale kde zůstaly plíce... nevíte o nějakých, třeba na aukru ?

Trénink na běžkách se projevil i na kole. Zlepšení oproti minulému roku. Chtěl jsem to sice zkusit ještě jednou if to nebude ještě lepší, ale jako obvykle nebyl čas....

v nejteplejší den, bohužel, trochu větrný, ale čas snad dobrý, skoro o minutu lepší než loni, kdy to však bylo na mtb.

Bolelo to, ale co taky chtít takhle na začátku sezóny, že? Každopádně lepší podmínky než dnes (neděle 1.4. - zcela sucho a citelný vítr do zad) už do konce termínu této TT asi nebudou.

první a poslední pokus; na to že po nemoci mi to zas nepřijde tak špatné

Nové kolo dobře mete.

Pravidelná úterní vyjížďka na horském kole.

Ještě mě to baví.

Zdravím soupeře! Poslední den v hezkém počasí, čas byl milým překvapením, pocity dobré. Ale asi spíš než v nohách je to v materiálu (taky dobrý, aspoň ty peníze nešly do kanálu). Zatím nehodnotím, jedna vlašťovka jaro nedělá...

Ahoj, čas slabý, ale na lepší nemám, snad příště PEPA

Vyplatilo se vyjet ráno. Odpoledne víc foukalo, na cukráku sundávali padáčkáře vrtulníkem ze stromu. Čas zajatý přibližně v poledne po 100 km tréninku není špatný.

	tým	účast	bodů
1	CK Vinohradské Šlapky	3	115
2	KPO	5	82
3	Vagnerteam	2	75
4	CKKV	2	56
5	H.I.C.	3	55
6	KPC Praha	7	51
7	MKV Sport	3	50
8	Cykloservis Petr	2	48
9	PDBC	2	37
10	Bony a klid	1	36
11	Praha Kamýk	1	33
12	Impromat Zachy BT	1	30
13	Praha 4	1	25
14	Sokol Veltěž	1	22
15	Energy Team	1	21
16	PLUTO team Praha	1	20
17	Černošice	1	16
18	Vestec	1	11

Motivujte své týmové kolegy či známé:
V hodnocení týmů se počítají body tří
nejlepších + bod za každého člena

JUNIOR
JUNIOR FACINO BICYCLES

Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

www.cyklonaradi.cz
Co čeká cyklomechanik?

BIKE
MAR
ST

MKV **KVASNIČKA**
www.mkvSPORT.cz

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2011 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Míl	Robert	KPO	1978	7:28,0	26,8	29
2	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:49,0	25,6	27
3	Hrabal	Josef	SoS	1981	8:35,5	23,3	25
4	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	8:58,0	22,3	23
5	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:07,2	21,9	22
6	Miloslav	Kvasnička	MKV Sport	1963	9:12,0	21,7	21
7	Šícha	Martin	PDBC	1978	9:14,0	21,6	20
8	Vít	Jakub	Cykloservis Petr	1990	9:16,0	21,6	19
9	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:20,0	21,4	18
10	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:22,2	21,3	17
11	Rada	David	Praha Kamýk	1976	9:43,0	20,6	16
12	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:46,0	20,5	15
13	Marhold	Jiří	KPO	1981	9:49,0	20,4	14
14	Mitáš	Radovan	Etriatlon Team	1977	9:50,1	20,3	13
15	Štefan	Ladislav	KPO	1955	10:39,0	18,8	12
16	Krpata	Jan	KPO	1962	10:44,3	18,6	11
17	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:45,0	18,6	10
18	Zink	Josef	Praha - Modřany	1952	10:59,0	18,2	9
19	Jelínek	Martin	H.I.C.	1972	11:01,0	18,1	8
20	Kny	Martin	Praha 4	1983	11:12,0	17,8	7
21	Příbrský	Dušan	KPO	1965	11:24,0	17,5	6
22	Malášek	Michal	KPO	1970	11:58,0	16,7	5
23	Marhold	Pavel	KPO	1979	13:00,0	15,4	4
24	Marounková	Jaroslava	PDBC	1956	13:30,0	14,8	3
25	Paukert	Josef	H.I.C.	1976	15:52,0	12,6	2

	tým	účast	bodů
1	KPO	8	69
2	Vagnerteam	2	51
3	H.I.C.	4	45
4	SoS	1	26
5	PDBC	2	25
6	MKV Sport	1	22
7	Cykloservis Petr	1	20
8	KPC Praha	1	18
9	Praha Kamýk	1	17
10	PLUTO team Praha	1	16
11	Etriatlon Team	1	14
12	Praha - Modřany	1	10
13	Praha 4	1	8

Náhodně řazené komentáře jezdců:

info o týmech: www.kpo.cz/2011/tymy-2011.pdf

druhý pokus, tentokrát bez batůžku :-)

Na zimáku, ještě poletoval sníh a hlavně s 87,5 kg živé váhy oproti 80,5 v roce 2009.

Sláva, TT je tu!

Po sedmiměsíční pauze a na konci objemovky, jsem byl rád že jsem vyjel, a to prosím ani jednou neslezl. Což bohužel u mně není nic nemožného. Jsem troska

Po sérii silových intervalů jen tak na zkoušku. Za kolik se to tak jezdívá?

prům 296W :-(@ prům HR 168

Po 55km, po 5 dnech na kole, s těžkým batohem na zádech na přetěžkém zimákově.....ale přece sem si z mostu odbočil na druhou stranu pro ten 1 bod za účast :-))

Ani to snad nemá cenu hlásit. Jel jsem v hrozně nepohodě. Ale snad lespoň pro ten jeden bod ... :-)

na mtb, krásné počasí, jen trochu více aut

Druhý pokus, nemastná neslaná jízda, bez elánu. Ty plíce zhruba uprostřed kopce mi tam prosím nechte, vyzvednu si je později až se vzpamatuju. 179 průměrný tep, výletní tempo to tedy moc nebylo

První pokus, snad se dostanu ještě k nějakému dalšímu ...

Byla to krásna avšak smutná etapa. Smutná, protože to bylo poslední a rozlučkové TTčko pro mého miláčka. Teď již má jiného majitele a já doufám, že dokážu dostatečně rychle doplnit svou stáj o nového mustanga a přestanu vám zavídat, jak km přibývají.

Zdravím všechny v další saissoně a přeju hodně kilometrů a žádné pády.

Na zimáku a s rancem na zádech...

KPO Tréninková Tour 2010 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Beneš	Petr	Vinohradské šlapky	1978	7:57,6	25,0	25
2	Prager	Karel	Vinohradské šlapky	1963	7:57,7	25,0	23
3	Lehner	Pavel	Vinohradské šlapky	1979	8:17,0	24,0	21
3	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	8:17,0	24,0	21
5	Kadlec	Rudolf	KPO	1984	8:24,0	23,7	18
6	Holub	Václav	CK Mladá Vožice	1983	8:36,0	23,2	17
7	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	8:47,6	22,7	16
8	Lauda	Pavel	Všetaty	1963	9:04,8	21,9	15
9	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:09,0	21,8	14
10	Bartoš	Tomáš	H.I.C	1968	9:18,0	21,4	13
11	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:33,4	20,8	12
12	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:41,0	20,6	11
12	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:41,0	20,6	11
14	Kny	Martin	Praha 11	1983	10:32,0	18,9	9
15	Hraba	Pavel	CKKV	1947	11:02,0	18,1	8
16	Zink	Josef	Praha - Modřany	1952	11:18,0	17,6	7
17	Marhold	Pavel	KPO	1979	11:32,0	17,3	6
18	Klimesová	Gabriela	alltraining.cz	1976	11:34,0	17,2	5
19	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	11:37,0	17,1	4
20	Malášek	Michal	KPO	1970	11:48,0	16,9	3
21	Švec	Petr	KPO	1955	11:57,0	16,7	2



Náhodně řazené komentáře jezdců:

info o týmech: www.kpo.cz/2010/tymy-2010.pdf

Jízda s 5-ti kilovým zimním batohem a silným proti

Zaprášené sedlo a stále ještě letní čas na computeru mi ještě před vyjetím daly najevo, že dneska to nebude optimální. Když jsem dorazil na Zbraslav pokračuji raději dál po rovině směrem na Vrané. Vracím se po chvíli s prvními letošními 20km na computeru. Mám natrénováno a hurá na časovku. Chvilí mi trvá než si vzpomenu jak pustit stopky a vyrazím. Pěkně na kašpárka až nahoru. Každopádně díky KPO za vyjížďku a dva body za poslední místo v etapě :-)

že já tudy nejela i cestou zpět...na tom tankodromu do Zbraslavi jsem prorazila obě duše (ještě jsem se mohla proletět přes auto)...a zbytek šla pěšky...

O dvě vteřinky lepší než loni jen s malým rozdílem, že dnes jsem to jel na zimáku s blatníčky se zátěží v batohu a loni na letňáku

Jel jsem co to šlo, ale zimní lenošeni se projevilo dost zřetelně:-)

Konečně že už je tu TT! Po MTB poslední předjarní jsem obden vytáhl letňáka, setřel pavučiny, dohustil a vyrazil. Lehkost jízdy byla tak neuvěřitelná, že jsem skoro chtěl křičet Gary, ty ses tehda spletl:o) Dojel jsem si stovku, sice nějakou říjnovou, ale i tak potěšila a vydrápal se na Točnou, čas ještě zoufalejší, než loni, ale chuť na další jízdy veliká.

Ahoj

zima, sychravo, na zimákovi. Kdo by v tuhle dobu trénoval...

na zimákovi

ahoj, tak to letos pro srandu se synem zkusíme...

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2009 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Okrouhlický	Tomáš	AC Sparta	1985	7:30,0	26,6	24
2	Prager	Karel	Vinohradské Šlapky	1963	8:16,0	24,2	22
3	Herda	Jan	Dobřichov	1983	8:21,0	23,9	20
4	Lehner - Léňa	Pavel	Vinohradské šlapky	1979	8:41,0	23,0	18
5	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:08,0	21,9	17
6	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:17,0	21,5	16
7	Marhold	Pavel	KPO	1979	9:23,0	21,3	15
8	Šejna	Karel	CKKV	1958	9:47,0	20,4	14
9	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:52,0	20,2	13
10	Procházka	Jan	KPO	1982	10:10,0	19,7	12
10	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:10,0	19,7	12
12	Horna	Sáva	CK Sportblázek.cz	1982	10:29,0	19,1	10
13	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:33,0	18,9	9
14	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	10:35,0	18,9	8
15	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	10:36,0	18,8	7
16	Příbrský	Dušan	KPO	1965	10:45,0	18,6	6
17	Mitáš	Radovan	Etriatlon.cz	1977	11:10,4	17,9	5
18	Malášek	Michal	KPO	1970	11:18,0	17,7	4
19	Hraba	Pavel	CKKV	1947	11:24,0	17,5	3
20	Marhold	Jiří	KPO	1981	11:27,0	17,4	2

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Fakt povedený švih - 57km proti větru, u Jesenice jsem udělal osmičku ze zadního Rapida, tak jsem povoloval brzdu. Nohy ztuhlé, pocit na nic, ale slunce, asi +3C a slabý vítr od Z. Prvně v životě jsem to jel a myslím, že na Točnou nebudu rád vzpomínat. S 52/19 jsem ty zatáčky drobet přehnal, 52/21 OK. Dostal se jen 20tepů pod maximálku, což bylo strašně málo - 8:21 mi normálně kazí pověst! Cestou zpátky mi vylít čep ze šaltru a XT v řiti. To byla sobota jako fík ...

Po několika metrech nahoru jsem pochopil, že vůbec nepůjde o čas, ale pouze o přežití kopce a přežití.

Na letňáku, ale nohy slaboučké, musím ještě vyjet a zajet něco lepšího. Dávejte bacha při odbočování z hlavní je tam bláto!

úvodní jízda (ve smyslu letošní...) takže spousta času se kochat. Skoro bych řekl, že ten úvodní kopec je rok od roku delší. No jo, bude to chtít ještě poladit...

Trochu se stydím, protože to tento rok byla moje první vyjíždka. Ano, celou zimu jsem se flákal. Byla to bída, ale svoji sezonu začínám stylově stejným časem jako před rokem. Snad už to bude jen lepší a lepší

Ahoj.

Možná by to bylo lepší, kdybych to zkusil vícekrát, ale do konce etapy se už na kolo nedostanu.

Tvrdá, ale očekávaná realita. Jó, kde že ty o minutu lepší časy jsou :-((

Díky neznámému! Jel jsem si to jen tak projet, ale předem mnou někdo vyrazil do stoupání, takže z toho byl i trochu závod a lepší čas než loni :-)

Na zimáku tak na 90 per. Vítr do zad a to znova nebude. Jinak čas jak loni. No to si nechám a uvidíme. Ale proč to píšu. Potkal jsem tam borce s velkým B. Tomáše Okrouhlického. Tak jsme pokecali a zmínil sem se mu o TT. Tak to v rámci tréninku kvůli nám zajel. Pouze se lehce opotil a jel na trénink na dráhu. A tak jsem to nahlásil.

Ahoj, můžeš mě tam ještě šoupnout do Zbraslav-Točná, nestihnul jsem poslat čas, tedy měl jsem to za 9:47. Díky a příště se už polepším.

KPO Tréninková Tour 2008 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Hošek	Michal	laura & betty	1977	8:26,3	23,6	33
2	Marhold	Pavel	kpo	1979	8:30,0	23,4	31
3	Jelínek	René	KPO	1979	8:37,2	23,1	29
4	Kadlec	Rudolf	KPO	1984	8:40,0	23,0	27
5	Prager	Karel	Sokol Sojovice	1963	8:41,0	22,9	26
5	Sedláček	Ondřej	KPO	1982	8:41,0	22,9	26
7	Okrouhlický	Tomáš	AC Sparta Praha	1985	9:00,0	22,1	24
8	Bartoš	Tomáš	H.I.C.	1968	9:07,0	21,9	23
9	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:09,0	21,8	22
10	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	9:09,2	21,8	21
11	Jakub	Čech	MKV Sport	1990	9:21,0	21,3	20
12	Kvasnička	Tomáš	MKV Sport	1990	9:24,0	21,2	19
13	Krpata	Jan	KPO	1962	9:38,1	20,7	18
14	Klos	Jaroslav	SC Kladno	1977	9:41,0	20,6	17
15	Šulc	Zdeněk	Praha - Uhřetěves	1977	9:45,0	20,4	16
16	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	9:54,0	20,1	15
16	Hustopecký	Tomas	Lochkov	1972	9:54,0	20,1	15
18	Beneš	Petr	Praha	1978	9:57,1	20,0	13
19	Pexa	Zbyněk	Pašeráci	1978	10:14,0	19,5	12
20	Zink	Josef	Praha - Modrany	1952	10:14,0	19,3	12
21	Kozák	Jan	Praha 4	1962	10:18,9	19,3	10
22	Hraba	Pavel	CKKV	1947	10:40,0	18,7	9
23	Stranel	Jiri	SAPPrdi	1972	10:43,0	18,6	8
24	Černý	Jiří	Meduza Barrandov	1969	10:55,0	18,2	7
24	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:55,0	18,2	7
26	Malášek	Michal	KPO	1970	11:00,0	18,1	5
27	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	11:08,0	17,9	4
28	Marhold	Jiří	Krušpánek	1981	11:27,0	17,4	3
29	Mimránková	Jitka	www.bajk.cz	1981	11:29,4	17,3	2

Náhodně řazené komentáře jezdců:

na singlspeedu, časem jsem hodně překvapenej...

Na horáku se slickama. Sněžení.

čas o 14 vteřin lepší než při mimosoutěžním pokusu v loňském roce, bohužel díky aktuálně opravované části silnice jsem musel skoro zastavit, přeju ostatním víc štěstí

V neděli dost foukalo, ale zase oproti sobotě kdy jsem to jel po švíhu s klukama za 08:59,2 nebyla zúžená silnice a nedobrovolný odstartování kvůli příjíždějícímu busu 165 bylo taky znát.. Dal jsem to na krev a na malou. Většinou v kopci na 39/21. Odpočinek oproti sobotě byl taky dost znát.

Zzzima

Holt trénink po prolomené zimě.

Zima, zima, zima, na to že je jaro... škoda času co jsem ztratil šmrdláním s pedálem na startu, v cíli by mi vteřinka vizuálně hodně pomohla:o))

Konečně jsem to prubnul, takže asi první ostrá letošní jízda a taky to podle toho vypadalo... jediný co bylo špičkový bylo chytání dechu v cíli.

Hmm, co k tomuto výkonu dodat? Obhajoba, že jsem totální hobík, co od začátku roku ujel cca 45km včetně této vyjíždky asi neprojde, co? ;o) Tak snad se to v průběhu sezóny zlepší... Jak by řekl bratr: "Bylo to o kuličku..." a Já dodávám: "skoro jsem to dal za těch 8,5 min." :o)

No jedním slovem špatný. Věřil jsem si na lepší, ale nebylo počasí ani forma.

Na horském kole s širokými plášti a s malým batůžkem na zádech. Nelze za to získat nějakou bonifikaci :-))))?

Na zimákoví. První letošní ostrá jízda - před startem nervozita, v cíli spokojenost :-)

Zdravím opět v novém roce! Nakonec jsem to kolo vytahnul - Velikonoce, zima, sníh, ale super! Už se těším na pokračování. Zdrac

Díky za tréninkovou tour!!! Je super!!!

KPO Tréninková Tour 2007 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Okrouhlický	Tomáš	Bike Team	1985	7:20,0	27,2	35
2	Kadlec	Rudolf	Praha 12	1984	8:00,3	24,9	33
3	Dubec	Jan	Kola Štorek	1984	8:16,3	24,1	31
4	Pospíšil	Luboš	Praha - Modřany	1979	8:45,0	22,8	29
4	Sladký	Jiří	KPO	1967	8:45,0	22,8	29
6	Sedláček	Ondřej	KPO	1982	8:45,7	22,7	27
7	Kukla	Stanislav	KPO	1975	8:46,0	22,7	26
7	Říha	Miroslav	Vinohradské šlapky	1973	8:46,0	22,7	26
9	Ginzl	Petr	Vinohradské šlapky	1972	8:47,2	22,7	24
10	Sýkora	Robert	Vinohradské Šlapky	1972	8:48,0	22,6	23
11	Vitoch	Marek	KPO	1983	8:54,0	22,4	22
12	Marhold	Pavel	KPO	1979	8:58,0	22,2	21
13	Švec	Petr	KPO	1955	9:01,0	22,1	20
14	Kvasnička	Tomáš	MKV Sport	1990	9:01,7	22,1	19
15	Kalivoda	Jan	Praha 4	1973	9:09,0	21,8	18
16	Krpata	Jan	KPO	1962	9:27,0	21,1	17
17	Diviš	Martin	Klub Klid / Praha	1963	9:39,0	20,6	16
18	Bartoš	Tomáš	HIC Markus	1968	9:46,0	20,4	15
19	Urban	Jakub	Hostivař	1982	9:56,0	20,1	14
20	Kvasnička	Miloslav	MKV Sport	1963	10:00,0	19,9	13
21	Zimmermann	Tomáš	Vestec	1971	10:11,0	19,6	12
22	Malásek	Michal	KPO	1970	10:29,0	19,0	11
23	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:34,0	18,9	10
23	Jelínek	Martin	H.I.C. Markus	1972	10:34,0	18,9	10
25	Hustopecký	Tomáš	Lochkov	1972	10:35,0	18,8	8
26	Zink	Josef	Praha - Modřany	1952	10:37,0	18,8	7
27	Hraba	Pavel	CKKV	1947	10:53,0	18,3	6
28	Janda	Jiří	Vinohradské Šlapky	1973	11:13,6	17,7	5
29	Stranel	Jiri	SAPrdi	1972	11:25,0	17,4	4
30	Dvořáček	Michal	KPO	1975	11:51,5	16,8	3
31	Hlubuček	Tomáš	BKZ	1967	13:38,0	14,6	2

KPO Tréninková Tour 2006 - 1. etapa

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Okrouhlický	Tomáš	Bike Team	1985	7:29,0	26,7	29
2	Vejvoda	Josef	CKKV	1963	8:29,0	23,6	27
3	Pospíšil	Luboš	Praha - Modřany	1979	8:42,0	23,0	25
4	Vele	Václav	Unhošť	1978	9:10,0	21,8	23
5	Sedláček	Ondřej	kola Ledec nad Sázavou	1982	9:25,2	21,2	22
6	Mandák	Martin	Xstream racing team	1984	9:32,0	21,0	21
7	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:40,0	20,7	20
8	Sýkora	Robert	Vinohradské Šlapky	1972	9:55,0	20,1	19
9	Pohl	Jiří	Vin.Šlap.	1965	9:58,0	20,0	18
10	Koníček	Jiří	Smíchov	1959	9:59,9	20,0	17
11	Procházka	Jan	KPO	1982	10:00,0	20,0	16
12	Krpata	Jan	KPO	1962	10:22,2	19,3	15
13	Ginzl	Petr	Vinohradské šlapky	1972	10:27,0	19,1	14
14	Pícl	Alesh	Dolní Břežany	1973	10:27,1	19,1	13
15	Marhold	Pavel	KPO	1979	10:30,0	19,0	12
16	Švec	Petr	KPO	1955	10:51,0	18,4	11
17	Vysypal	Ondřej	Peloton	1975	10:55,0	18,3	10
18	Koudelka	Jan	KPO	1970	10:55,2	18,3	9
19	Švehla	Pavel	H-H Smíchov	1977	11:10,0	17,9	8
20	Malášek	Michal	KPO	1970	11:32,0	17,3	7
21	Jenčík	Jan	Skeleton Riders	1981	11:35,0	17,2	6
22	Chalupa	Petr	vinohradské šlapky	1967	11:40,0	17,1	5
23	Šimon	Jiří	DA-BA	1966	12:02,0	16,6	4
23	Zink	Josef	Praha- Modřany	1952	12:02,0	16,6	4
25	Jelínek	Martin	H.I.C.-Markus	1972	16:25,0	12,2	2