

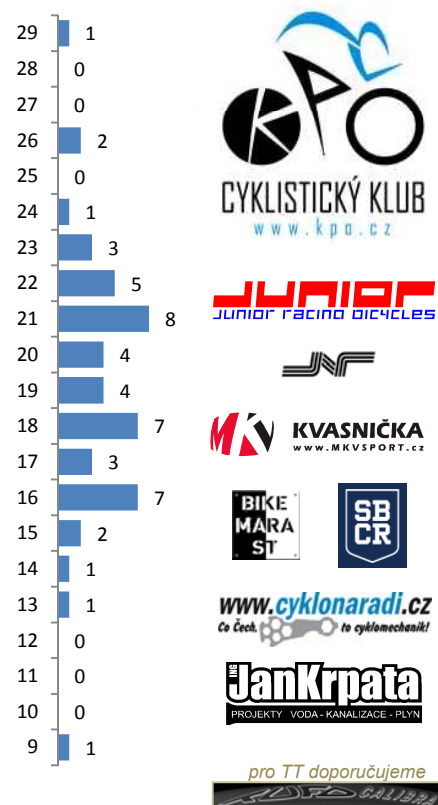
KPO Tréninková Tour 2026 - 1. etapa: Zbraslav - Točná - 3,33 km

verze výsledků 2026-01-4

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů	D1	D2
1	Rada	Vojta	Bike Pro Racing	2010	6:55,0	28,9	54	-	-
2	Vágnér	Marek	Vagnerteam	1989	7:45,0	25,8	52	358	358
3	Hosnedl	Marek	Café Racers	1991	7:51,0	25,5	50	396	42
4	Slatinsky	Lukas	HERE TO WIN	1983	8:25,0	23,7	48	593	224
5	Mužiček	Pavel	TTT	1984	8:38,0	23,1	47	662	84
5	Stranel	Jiri	Bici	1972	8:38,0	23,1	47	662	0
7	Rada	David	Praha - Kamýk	1976	8:39,0	23,1	45	667	6
8	Jakouš	Josef	2R76	1977	8:59,0	22,2	44	766	124
9	Svoboda	Jiří	Team CykloTréner	1966	9:05,0	22,0	43	794	37
10	Hosnedlová	Hana	Café Racers	1988	9:13,0	21,7	42	831	48
10	Wenzel	Richard	KPC Praha	1992	9:13,0	21,7	42	831	0
12	Saidl	Jan	KPC Praha	1980	9:16,0	21,6	40	844	18
13	Tvrz	Jakub	Café Racers	1991	9:19,9	21,4	39	862	23
14	Kramosil	Petr	TTT	1979	9:30,0	21,0	38	906	59
15	Hejna	Marek	Triatlon Praha Háje	1980	9:38,0	20,7	37	939	46
16	Veselý	Honza	KPC Praha	1974	9:40,0	20,7	36	947	11
17	Vágnér	Martin	Vagnerteam	1959	9:43,1	20,6	35	960	18
18	Mach	Radim	2R76	1976	9:45,0	20,5	34	968	11
18	Novotný	Jan	TTT	1978	9:45,0	20,5	34	968	0
18	Strnad	Vít	ANNAVIE	1970	9:45,0	20,5	34	968	0
21	Filip	Jan	Dycky Záříčí!	1985	9:53,0	20,2	31	1000	45
22	Hektor	Jiri	KPC Praha	1968	9:57,0	20,1	30	1015	22
23	Hývl	Jiří	KPC Praha	1984	10:10,0	19,7	29	1065	71
24	Zušťák	Vladislav	Triatlon Praha Háje	1980	10:15,0	19,5	28	1083	27
25	Souček	Radek	KPC Praha	1962	10:19,0	19,4	27	1097	22
26	Strnad	Ivo	CKKV Praha	1964	10:20,0	19,3	26	1101	5
27	Skála	Radim	2R76	1976	10:30,0	19,0	25	1136	53
28	Dlouhý	Radek	Café Racers	1976	10:40,0	18,7	24	1171	52
29	Moravec	Milan	Kluci z Kokořína	1965	10:51,0	18,4	23	1207	56
30	Škoda	Milan	Triatlon Praha Háje	1979	10:58,0	18,2	22	1230	35
31	Lazar	Marek	NOVIS TK Praha	1977	11:07,0	18,0	21	1258	45
32	Elis	Miloš	Vrané nad Vltavou	1957	11:12,0	17,8	20	1274	25
32	Maláček	Michal	KPO	1970	11:12,0	17,8	20	1274	0
34	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	11:12,2	17,8	18	1274	1
35	Holub	Jaroslav	United Becherries	1962	11:22,0	17,6	17	1304	48
36	Diviš	Martin	United Becherries	1963	11:39,7	17,1	16	1355	84
37	Novotný	Petr	United Becherries	1961	11:40,0	17,1	15	1356	1
38	Švihlík	Martin	TTT	1968	11:45,0	17,0	14	1370	24
39	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	12:09,0	16,4	13	1434	110
40	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	12:17,0	16,3	12	1455	36
41	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	12:20,0	16,2	11	1462	13
42	Lechner	Jan	D3	1996	12:34,0	15,9	10	1497	62
43	Šiml	Jan	Café Racers	1967	12:39,0	15,8	9	1509	22
44	Kočová	Alena	KPO	1962	12:44,0	15,7	8	1521	22
45	Sokolovská	Dana	MKV Sport	1978	12:50,0	15,6	7	1535	26
46	Příbrský	Dušan	KPO	1965	13:04,0	15,3	6	1567	59
47	Radová	Eliška	Praha - Kamýk	2013	13:33,0	14,7	5	1630	119
48	Štefan	Ladislav	KPO	1955	14:08,0	14,1	4	1700	137
49	Munzar	Miloš	KPO	1980	15:25,0	13,0	3	1836	277
50	Havelková	Markéta	KPC Praha	1963	21:58,0	9,1	2	2281	993

	tým	účast	bodů
1	Café Racers	5	136
2	KPC Praha	10	128
3	TTT	4	123
4	2R76	3	106
5	Triatlon Praha Háje	3	90
6	Vagnerteam	2	89
7	Bike Pro Racing	1	55
8	Praha - Kamýk	2	52
9	United Becherries	3	51
10	HERE TO WIN	1	49
11	Bici	1	48
12	Team CykloTréner	1	44
13	KPO	5	39
14	ANNAVIE	1	35
15	Dycky Záříčí!	1	32
16	CKKV Praha	1	27
17	Kluci z Kokořína	1	24
18	NOVIS TK Praha	1	22
19	Vrané nad Vltavou	1	21
20	Černošice	1	13
21	D3	1	11
22	MKV Sport	1	8

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



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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Otevírací jízda 2026

Díky, že pokračujete v Tréninkové Tour!!

Docela jsem to nečekal, ale velká spokojenost.

Po roce opět zdravím KPO! Oprasil jsem meho letního kamarada, nabíl všechny baterky (a ze jich je!) a vyrazil s elanem na start. To jsem se jeste tesil ... hned po startu jsem se ale proklinal, kam se zase cpu = prepalenej zacatek, uplne prazdne nohy a nahore jsem nemel silu se zmacknout. Krute probuzeni! A to jsem myslel, ze Rouvy pomaha... asi budu muset trochu pohnout zadkem! Takze at nam to jezdi!

TT casovka

Další anti PR v řadě no, zase o něco vyžranější po zimě, než před rokem, a navíc ani vítr tentokrát nic moc, čistej východ není prostě na tuhle trať dobrej. Jinak ale plíce celkem stíhaly (akorát tepovka se zrovna nějak pomátla a ukazovala i v kopci spíše gaučové hodnoty), takže až s sebou nebudu vozit ten 6 kg batoh na břicho, tak to snad zase trochu pojede. Docela jsem se bál provozu, když je zavřený Břežanský údolí, ale nakonec za celej kopec snad jen dvě auta ještě dole a za odbočkou už snad žádný ani za mnou, ani v protisměru, tak to byl celkem luxus.

www.kpo.cz speeded by



Pepa J.: Dnes jsem perli, nejdřív mě zdržely auta, do kopce... 😅 Vzápětí jsem přešel odbočku... No tak zpět na start a druhý pokus 👍😁

Vždycky se najdou důvody, proč jsem zase pomalejší, ale tentokrát mi to neda, a i když na opravu v termínu nemám čas, zajedu si kopec ještě v sezóně, abych zjistil, jestli jsem schopen to jet stále něco přes 9 nebo už budu regulérně bojovat o čas pod 10.

Tak už je to tu zase! Díky za další ročník. Letošní čas podobný jako loni, takže spokojenost.

Opět padl rekord, historicky můj nejhorší čas. Přitom se mi jelo dobře a žádná chyba tam nebyla.

Předevčím na železe z r. 1975

Bez fyzicky, jen účast. Příště lépe!

Laktátové výhledy za mocného funění 😮💨 🚀💯💪🫶

Díky, že jste zase začali. Super

Počasí skvělé, vítr příznivější, asfalt hladký.. nohy hodně špatný.. a je z toho osobní nejhorší výkon na této etapě a taky "nastavený zrcadlo" mojí jarní výkonnosti :)

Díky ti, pane KPO Boze, za tyto cyklo dary 🙏

Úvod volně ale v závěru mi to nedalo a na těžký převod jsem nějaké sekundy urval.

Po vleklé nemoci alespoň nějaký pokus / pro účast...

Jsem rád, že se zase po zimní pauze vracím ke KPO časovkám. Letos je v plánu získat zase nějaký ten výkon zpět! Jsem zvědav, zda se to podaří a mé výsledky v KPO se budou postupně zlepšovat :) Nastal čas začít makat! Hodně štěstí všem a děkuju za organizaci!

Klasický poslední den. No teplo ještě nepřišlo. Hezká trať až na začátek bez aut. Čučel jsem na wattmetr abych to úplně nezlákal.

Michale, moc díky za další ročník!

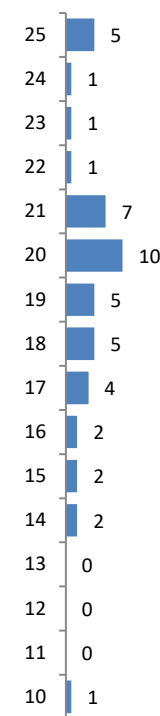
KPO Tréninková Tour 2025 - 1. etapa: Zbraslav - Točná - 3,33 km

verze výsledků 2025-01-2

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů	D1	D2
1	Rada	Vojta	Rexonix Kovo Praha	2010	7:52,0	25,4	50	-	-
2	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	8:01,0	24,9	48	62	62
3	Stranel	Jiri	Bici	1972	8:06,0	24,7	46	96	34
4	Bočánek	Michal	TTT	1985	8:07,0	24,6	44	103	7
5	Hosnedl	Marek	Café Racers	1991	8:10,0	24,5	43	122	20
6	Mužiček	Pavel	TTT	1984	8:18,0	24,1	42	174	53
7	Rada	David	Rexonix Kovo Praha	1976	8:38,0	23,1	41	296	129
8	Filip	Jan	Dycky Praha!	1985	9:14,0	21,6	40	493	216
9	Mach	Radim	2R76	1976	9:20,0	21,4	39	523	36
10	Vlk	Jáchym	KPC Praha	2007	9:22,0	21,3	38	533	12
11	Saidl	Jan	KPC Praha	1980	9:28,0	21,1	37	563	35
12	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:29,1	21,1	36	568	6
13	Štohr	Miroslav	2R76	1978	9:33,0	20,9	35	587	23
14	Kolářová	Hana	Café Racers	1988	9:37,0	20,8	34	606	23
15	Čadil	Jan	United Becherries	1964	9:38,0	20,7	33	611	6
16	Hejna	Marek	Triatlon Praha Háje	1980	9:48,0	20,4	32	657	57
16	Wenzel	Richard	KPC Praha	1992	9:48,0	20,4	32	657	0
18	Strnad	Vít	ANNAVIE	1970	9:49,0	20,4	30	661	6
19	Veselý	Honza	KPC Praha	1974	9:51,0	20,3	29	671	11
20	Novotný	Jan	TTT	1978	9:52,7	20,2	28	678	10
21	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	10:00,0	20,0	27	710	41
22	Šilhavý	Josef	Team CykloTrenér	1978	10:02,0	19,9	26	719	11
23	Hlaváček	Míma	KPC Praha	1993	10:05,0	19,8	25	732	17
24	Tvrz	Jakub	Café Racers	1991	10:07,0	19,7	24	741	11
25	Souček	Radek	KPC Praha	1962	10:12,0	19,6	23	762	27
26	Skála	Radim	2R76	1976	10:19,0	19,4	22	791	38
27	Řeháková	Jana	Café Racers	1981	10:21,8	19,3	21	802	15
28	Pilát	Tomáš	United Becherries	1980	10:37,0	18,8	20	863	79
29	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	10:41,4	18,7	19	879	23
30	Strnad	Ivo	CKKV Praha	1964	10:49,0	18,5	18	908	39
31	Novotný	Petr	United Becherries	1961	10:59,0	18,2	17	945	51
32	Dlouhý	Radek	Café Racers	1976	11:06,0	18,0	16	970	35
33	Malášek	Michal	KPO	1970	11:10,0	17,9	15	984	20
34	Elis	Miloš	Vrané nad Vltavou	1957	11:11,0	17,9	14	988	5
35	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	11:25,0	17,5	13	1035	68
36	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	11:27,0	17,4	12	1042	10
37	Diviš	Martin	United Becherries	1963	11:36,0	17,2	11	1072	43
38	Moravec	Milan	Kluci z Kokořina	1965	11:43,0	17,1	10	1094	33
39	Hývl	Jiří	KPC Praha	1984	11:47,0	17,0	9	1107	19
40	Štefan	Ladislav	KPO	1955	12:09,0	16,4	8	1174	100
41	Příbrský	Dušan	KPO	1965	12:25,0	16,1	7	1220	72
42	Švihlík	Martin	TTT	1968	12:59,0	15,4	6	1312	145
43	Sokolovská	Dana	MKV Sport	1978	13:20,0	15,0	5	1365	87
44	Patera	Vladimír	Lipník Dragons	1983	14:21,0	13,9	4	1504	236
45	Kočová	Alena	KPO	1962	14:35,0	13,7	3	1534	53
46	Hlaváčková	Lucie	KPC Praha	1999	20:45,0	9,6	2	2068	990

	tým	účast	bodů
1	KPC Praha	11	118
1	TTT	4	118
3	Café Racers	5	106
4	2R76	3	99
5	Rexonix Kovo Praha	2	93
6	Vagnerteam	2	86
7	United Becherries	4	74
8	Bici	1	47
9	Dycky Praha!	1	41
10	KPO	4	34
11	Triatlon Praha Háje	1	33
12	ANNAVIE	1	31
13	Team CykloTrenér	1	27
14	CKKV Praha	1	19
15	Vrané nad Vltavou	1	15
16	Černošice	1	13
17	Kluci z Kokořina	1	11
18	MKV Sport	1	6
19	Lipník Dragons	1	5

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



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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

netušil jsem, že už začalo KPO, takže projeto na pohodu

Jel jsem to v den, kdy tým UAE na Primaveře plánoval Cipressu pod 9 minut. Mně by stačila Točná pod 9 a půl, což se nakonec o několik vteřin nepovedlo, ale i tak děkuji neznámému jezdcí, který se mi hned za odbočkou z Komořanské usadil v háku, skoro celý zbytek kopce mi dýchal na záda a umožnil mi prožít si pocity Wellense nebo Narvaeze při rozjíždění Pogiho, když 300 m před cílem nastoupil a odjel jako motorka...

Velký dík organizátorům za další ročník! Na to, že letos jsem se nerozjížděl na Mallorca a dnes jsem vlastně byl letos poprvé na silničním kole, jsem se cílit docela dobře. Asi se hodiny na zwiiftu taky počítají...

Na začátek na železu F1 S 1989 Walter

Trochu v rozpacích vzhledem ke zdraví a treninku v breznu, ale čas na úrovni minulých roku, takže spoko.

Oproti předlošsku kolo odlehčené o 15 kg a výkon předlošský, tak nevím:)

Na startu mě míjel černočerný duklák, tak kolik mu dám 150? 200? Nakonec jsem ho nechal až za zatáčku a šel na to. Nahore jsem ho neviděl, ale kupodivu jsem ho docvakl za odbočkou v zatáčkách. Jel opravdu volně:).

„s 50 let starou F1 cí to taky jde..

Kam bychom jezdili a jak bychom volili cíle svých jízd, kdyby nebylo TT?

Letos 3 pokusy, a vždy zlepšení.

Po nemoci jsem byl rád, že jsem to dokončil.

www.kpo.cz speeded by

active 24

Všechno je jednou poprvé a dnes to byla poprvé Točná v ostrém módu nad 10 min, no co se dá dělat! Celkem jsem to i čekal a aktuální segment na displeji Garminu mě na to už odbočky připravoval, takže ke konci už jsem s tím byl smířený, sice jsem se ještě pokusil o jakési vystupňování tempa v cílovém horizontu, ale to už si chtěly vystoupit plíce, tak jsem toho radši zanechal, i tak tepy avg 187 a max 194. V únoru jsem měl téměř měsíc výpadek v podstatě z veškeré aktivity a z toho plynoucí nadváha +5 kg blížící se již k jateční váze 90 kg, to nebyly dobré karty do zahájení další sezony, ale hraji jako správný hráč s tím, co mám!

Zdravím všechny cyklisty! Minuly tyden jeste bezky, nyini uz kolo - ale jede to faaakt rychle:-) (vyjma kopcu...)

Ani příjemné počasí mi k lepšímu času nepomohlo.

hned 5.

První letošní kopec na koloběžce!

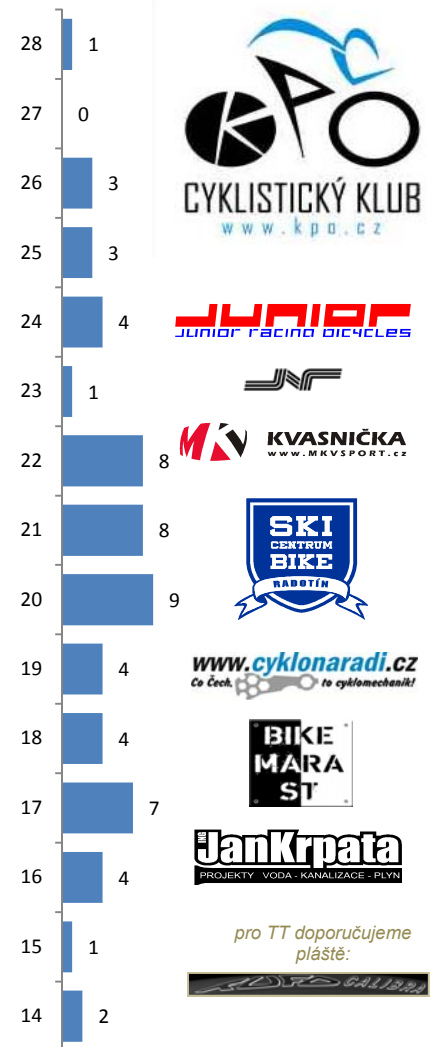
KPO Tréninková Tour 2024 - 1. etapa: Zbraslav - Točná - 3,33 km

verze výsledků 2024-01-3

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů	D1	D2
1	Rada	Vojtík	Rexonix Kovo Praha	2010	7:10,1	27,9	63	-	-
2	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	7:34,0	26,4	61	175	175
3	Řezníček	Jan	Kola Číhal	1984	7:44,0	25,8	59	243	72
4	Hellebrand	Jaroslav	Veslaři Bohemians	1996	7:45,0	25,8	57	250	7
5	Mužiček	Pavel	TTT	1984	7:52,0	25,4	56	296	49
5	Stranel	Jirí	Bici	1972	7:52,0	25,4	56	296	0
7	Hosnedl	Marek	Café Racers	1991	7:54,0	25,3	54	308	14
8	Navratil	Tomas	KPC Praha	1972	8:11,5	24,4	53	416	119
9	Souček	Šimon	KPC Praha	1999	8:18,0	24,1	52	454	43
10	Karabinoš	Tomáš	Café Racers	1983	8:20,0	24,0	51	466	13
11	Rada	David	Rexonix Kovo Praha	1976	8:25,0	23,7	50	494	33
12	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:45,2	22,8	49	603	128
13	Novák	Jakub	Veslaři Bohemians	1997	8:56,0	22,4	48	658	67
14	Hlaváček	Míma	KPC Praha	1993	8:58,0	22,3	47	668	12
15	Šilhavý	Josef	Team CykloTréner	1978	8:59,0	22,2	46	673	6
16	Lazar	Marek	NOVIS TK Praha	1977	9:01,0	22,2	45	683	12
16	Zušťák	Vladislav	Triatlon Praha Háje	1980	9:01,0	22,2	45	683	0
18	Wenzel	Richard	KPC Praha	1992	9:10,0	21,8	43	726	54
19	Kolářová	Hana	Café Racers	1988	9:17,0	21,5	42	759	42
19	Mach	Radim	2R76	1976	9:17,0	21,5	42	759	0
21	Filip	Jan	Dycky Praha!	1985	9:21,0	21,4	40	777	24
21	Veselý	Honza	KPC Praha	1974	9:21,0	21,4	40	777	0
23	Otáhal	Jaroslav	TTT	1969	9:26,0	21,2	38	800	29
24	Liška	Jan	TTT	1983	9:28,7	21,1	37	812	16
25	Marhold	Jiří	KPO	1981	9:41,0	20,6	36	865	70
25	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:41,0	20,6	36	865	0
27	Hektor	Jirí	KPC Praha	1968	9:43,0	20,6	34	873	11
28	Skála	Radim	2R76	1976	9:45,0	20,5	33	882	11
29	Řeháková	Jana	Café Racers	1981	9:51,5	20,3	32	909	37
30	Strnad	Vít	ANNAVIE	1970	9:53,0	20,2	31	915	8
31	Souček	Radek	KPC Praha	1962	9:55,0	20,1	30	923	11
32	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:58,5	20,0	29	937	19
33	Jánský	Václav	TTT	1989	9:59,0	20,0	28	939	3
34	Malášek	Michal	KPO	1970	10:02,0	19,9	27	951	17
35	Čadil	Jan	United Becherries	1964	10:07,0	19,7	26	970	27
36	Moravec	Milan	Kluci z Kokořina	1965	10:09,0	19,7	25	978	11
37	Hývl	Jiří	KPC Praha	1984	10:15,0	19,5	24	1001	32
38	Elis	Miloš	Vrané nad Vltavou	1957	10:17,0	19,4	23	1009	11
39	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	10:18,6	19,4	22	1015	9
40	Zrnová	Lucie	TTT	1984	10:19,7	19,3	21	1019	6
41	Holub	Jaroslav	United Becherries	1962	10:35,0	18,9	20	1075	80
42	Diviš	Martin	United Becherries	1963	11:02,5	18,1	19	1168	138
43	Riley	Paul	KPO	1969	11:05,0	18,0	18	1176	13
44	Polan	Luboš	CKKV Praha	1962	11:11,4	17,9	17	1197	32
45	Trávník	Martin	KPC Praha	1973	11:22,0	17,6	16	1230	52
46	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	11:40,0	17,1	15	1284	86
47	Šiml	Jan	Café Racers	1967	11:42,0	17,1	14	1290	9
48	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	11:48,0	16,9	13	1307	28
49	Štefan	Ladislav	KPO	1955	11:52,0	16,8	12	1318	19
50	Hronzová	Kateřina	Sportwave	1987	11:55,5	16,8	11	1328	16
51	Bartošová	Lenka	H.I.C.	1978	11:57,0	16,7	10	1332	7
52	Skramusky	Kamil	TTT	1979	11:59,0	16,7	9	1338	9
53	Příbrský	Adam	KPO	2000	12:23,0	16,1	8	1402	108
54	Švihlík	Martin	TTT	1968	12:27,0	16,0	7	1413	18
55	Sokolovská	Dana	MKV Sport	1978	12:40,0	15,8	6	1445	57
56	Příbrský	Dušan	KPO	1965	12:47,0	15,6	5	1463	30
57	Troost	Diederik	TTT	1975	13:48,0	14,5	4	1600	245
58	Labsky	Zdenek	KPC Praha	1981	14:14,0	14,0	3	1653	101
59	Kočová	Alena	KPO	1962	14:40,0	13,6	2	1702	98

	tým	účast	bodů
1	KPC Praha	14	166
2	Veslaři Bohemians	3	157
3	Café Racers	5	152
4	TTT	8	139
5	Rexonix Kovo Praha	2	115
6	Vagnerteam	2	92
7	KPO	7	88
8	2R76	2	77
9	United Becherries	3	68
10	Kola Číhal	1	60
11	Bici	1	57
12	Team CykloTréner	1	47
13	Triatlon Praha Háje	1	46
13	NOVIS TK Praha	1	46
15	Dycky Praha!	1	41
16	ANNAVIE	1	32
17	Kluci z Kokořina	1	26
18	Vrané nad Vltavou	1	24
19	CKKV Praha	1	18
20	Sportwave	1	12
21	H.I.C.	1	11
22	MKV Sport	1	7

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



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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Zdravím všechny do nové sezony! At to jezdi a bavi alespon jako v minulem roce! A dekuji KPO za dalsi rocnik TT :-)

Krásný první den a první čas v nové sezóně

Přes zimu jsem silniční kolo odlehčil o 12 kg, tak jsem zvědavý, jestli to nebylo hlavně o motor:)

Tak jsem to zkusila, cestou z práce, na zimáčku. Po kolika, po 10ti letech? :-)

krásný plynulý kopec, ale jelo to pomalu -zdravím závodníky v nové sezóně

Pohadka o dvou mrkvích které se snaží na kopec dostat 3 pytle brambor

Na poprvé radši trošku opatrně :-))

Uff

Ani s novým kolem jsem bohužel neomládnul :o)

Jelo se mi fantasticky. Konečně mi měřil tachometr rychlost.

Uteklo to rychle a KPO TT je opět tu! Že bych byl ve formě, to nemohu říct, přátelé, ale na to snad ani nemá cenu čekat, musí se holt hrát s tím, co je k dispozici! Poprvé letos v krátkých rukavicích, krátkém dresu a šátkem nad uši, aneb tohle už vypadalo jako opravdové jaro, nicméně na kopci to stejně nějak nejelo, dole sice fouklo do zad, ale pak už to spíš tak nějak zdržovalo, jako snažil jsem se poctivě rubat, tepy slušný (avg 186, max 195) a čas je přitom jen o pár sekund lepší, než loni na CX, tak co s tím?

jako každý rok,..až první etapa KPO mě donutila vyjet poprvé na silničce.. :-)

Březen a vedro se saharským pískem. Měl jsem pocit, že to vůbec nejede.

Jelo se na velikonoční pátek hodně pěkně. Čas nic moc ale mohlo být i hůř a bude líp.

podmínky nic moc, oproti loňsku čas horší, wattý lepší, takže relativně spokojen

Velikonoční pondělí odpoledne, neplánoval jsem to, ale ten vítr víceméně příznivým směrem to lákal ještě zkusit. Dole kupodivu prakticky bez provozu a letělo to, jinak to nazvat nemůžu. Za odbočkou jsem měl neuvěřitelných -30, takže motivace veliká, ale dál už to byl boj. Vítr nepolevoval, jenže tentokrát už posouval loňské listí po silnici proti. Dost demotivující... takže řídítko za spodky a s hlavou u představce jsem to rval dál. Intenzivně v téhle poloze jezdit neumím, takže jsem se brzy dozvěděl, kde všude může pod žebry píchat, ale už to nebylo daleko a nějak jsem to tam dolámal.

Dobry den, letos se připojím na merene časovky! Je to krásná výzva jak se dokopat se trochu zmacnout :)

Poprvé na jare venku a hned si zmerit kopec. O pár sekund lepe nez loni, takže za me dobry:)

Až na druhý pokus. Po prvním jsem byl s časem tak nespokojen, že jsem to musel svést na prosecco, co jsem měl večer předtím, a taky na vítr, co se tak blbě točil. Pro reparát jsem měl jako výmluvu v záloze saharský prach, ale díky výraznému vylepšení času ho nemusím použít.

Foukalo fest, ale i tak zbytečně spíše na pohodu.

Díky za další ročník! Časy se s věkem nutně musí zhoršovat, motivace však zůstává! V první TT, která byla už mou časovkou č. 200, jsem nevychytal vítr, jenž mě v závěru trochu demoralizoval... Příště!

KPO Tréninková Tour 2023 - 1. etapa: Zbraslav - Točná - 3,33 km

verze výsledků 2023-01-2

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů	D1	D2
1	Řezníček	Jan	Kolacihal.cz	1984	7:38,0	26,2	51	-	-
2	Rada	Vojtík	Rexonix Kovo Praha	2010	7:44,5	25,8	49	47	47
3	Karabinoš	Tomáš	Café Racers	1983	7:48,0	25,6	47	71	25
4	Hosnedl	Marek	Café Racers	1991	7:56,0	25,2	45	126	56
5	Kala	Jiří	Kolacihal.cz	1987	7:59,0	25,0	44	146	21
6	Stranel	Jiri	Bici	1972	8:03,0	24,8	43	172	28
7	Ort	Lukáš	KPC Praha	2005	8:32,0	23,4	42	351	189
8	Rada	David	Praha - Kamýk	1976	8:34,0	23,3	41	363	13
8	Stranel ml.	Jiri	Bici	1993	8:34,0	23,3	41	363	0
10	Wenzel	Richard	KPC Praha	1992	8:56,0	22,4	39	485	137
11	Filip	Jan	Dycky Praha!	1985	9:02,0	22,1	38	516	37
12	Svoboda	Jiří	Café Racers	1966	9:07,0	21,9	37	542	30
13	Okruhlica	Petr	CKKV Praha	1969	9:19,0	21,4	36	602	71
14	Mach	Radim	2R76	1976	9:25,0	21,2	35	631	35
15	Souček	Radek	KPC Praha	1962	9:26,0	21,2	34	635	6
15	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:26,0	21,2	34	635	0
17	Šilhavý	Josef	Team CykloTrenér	1978	9:38,0	20,7	32	691	69
18	Vágnér	Martin	Vagnerteam	1959	9:39,9	20,7	31	700	11
19	Hlaváček	Míma	KPC Praha	1993	9:44,0	20,5	30	718	23
20	Otáhal	Jaroslav	TTT	1969	9:45,0	20,5	29	723	6
21	Novotný	Jan	TTT	1978	9:47,0	20,4	28	732	11
22	Skála	Radim	2R76	1976	9:53,0	20,2	27	758	34
23	Čadil	Jan	Dejvice	1964	10:00,0	20,0	26	788	39
24	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	10:09,0	19,7	25	826	49
25	Novotný	Petr	United Becherries	1961	10:11,0	19,6	24	834	11
26	Holub	Jaroslav	United Becherries	1962	10:17,0	19,4	23	858	32
26	Strnad	Ivo	CKKV Praha	1964	10:17,0	19,4	23	858	0
28	Veselý	Honza	KPC Praha	1974	10:22,0	19,3	21	878	27
29	Vlk	Jáchym	KPC Praha	2007	10:29,0	19,1	20	905	37
30	Strnad	Vít	ANNAVIE	1970	10:38,3	18,8	19	941	49
31	Procházka	Aleš	Rexonix Kovo Praha	1970	10:42,0	18,7	18	954	19
32	Elis	Miloš	Vrané nad Vltavou	1957	10:52,0	18,4	17	991	51
33	Diviš	Martin	United Becherries	1963	10:53,0	18,4	16	994	5
34	Šejna	Karel	CKKV Praha	1958	10:57,0	18,2	15	1009	20
35	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:58,0	18,2	14	1012	5
36	Trávník	Martin	KPC Praha	1973	11:06,0	18,0	13	1040	40
37	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	11:08,0	17,9	12	1047	10
37	Hývl	Jiří	KPC Praha	1984	11:08,0	17,9	12	1047	0
37	Maláček	Michal	KPO	1970	11:08,0	17,9	12	1047	0
40	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	11:18,0	17,7	9	1081	49
41	Šiml	Jan	Café Racers	1967	12:14,0	16,3	8	1252	254
42	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	12:30,0	16,0	7	1296	71
43	Příbrský	Dušan	KPO	1965	12:57,0	15,4	6	1367	116
44	Labský	Zdenek	KPC Praha	1981	13:23,0	14,9	5	1431	108
45	Marounková	Jaroslava	iThinkBeer	1956	16:21,0	12,2	4	1775	604
46	Kočová	Alena	KPO	1962	17:05,0	11,7	3	1842	143
47	Havelková	Markéta	KPC Praha	1963	21:33,0	9,3	2	2150	690

	tým	účast	bodů
1	Café Racers	4	133
2	KPC Praha	14	129
3	Kolacihal.cz	2	97
4	Bici	2	86
5	CKKV Praha	3	77
6	Rexonix Kovo Praha	2	69
7	United Becherries	3	66
8	2R76	2	64
9	TTT	2	59
10	Praha - Kamýk	1	42
11	Dycky Praha!	1	39
12	Team CykloTrenér	1	33
13	Vagnerteam	1	32
14	Dejvice	1	27
15	KPO	3	24
16	ANNAVIE	1	20
17	Vrané nad Vltavou	1	18
18	Černošice	1	15
19	MKV SPORT	1	8
20	iThinkBeer	1	5

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



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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Tak už je to zase tady, díky TT první vyjíždka na silniče..

Jet na Apríla odpoledne byla nakonec výhra, vítr v zádech po startu potěšil a pomohl.

Sliny jak provazy, plíce v jednom ohni a kamenné nohy. Těšil jsem se na to:) Spodek kupodivu bez aut.

tenhle rozjížděcí kopec - to je etalon!

Nevim proc jsem to jel s 20kg batohem a ani si nepamatuju kdo mi ho naložil.

Po zimní přípravě dvakrát venku a potřeji kopec na čas. Chladno mi nesedí, jeste dve hodiny po te jsem tuberacky kaslal. Vítr dole nepomahal, v kopci trochu ano. K tomu neznalost trasy - cilova cedule mi splynula s okolim... Za techto podmínek to nemuze byt nic jineho nez spokojenost;)

Klídek a pohodička ;-)

Nejprve děkuji za organizaci dalšího ročníku, kdy mě to zase donutí se pořádně zmáčknot. Asi jeden z nejhorších časů na této trati. Doufám, že to je jen tím, že jsem nenašel den, kdy by nefoukalo jako..., a ne přicházejícím stáří :o). S mladšesem (12 let) už se nesvezu ani v háku :o)

Málem jsem nedojel domu

www.kpo.cz speeded by



Letošní první KPO TT mě zastihlo ještě v cyklistických nedbalkách, ale i tak odhodlaně jsem vyrazil, i když tedy jen na CX, abych měl výmluvu na ten čas, co tam zajedu, a taky abych to mohl dát celé pěkně na velkou, když je tam placka jen se 46z. Nakonec celkem pomohl vítr, takže i když nohy a hlava moc nechtěly, tak výsledná cifra začíná stále aspoň devítkou, což za daných vstupních podmínek ještě beru. Naopak bych celkem pochválil plíce, ty to celkem daly, tak snad je na čem stavět do dalších etap! Jinak ale v prostřední třetině mi tam neskutečně naložil někdo v modro-fialovém dresu a jasně mi ukázal, že prostor pro zlepšení tam v mém případě jako rozhodně ještě celkem je, za což mu pěkně a z celého srdce děkuji!

Srdečně zdravím v dalším ročníku TT a ať nám zi všem opět tak skvěle jezdí!😀

Konecne je to tu! Hned první den, kratka/kratka = bomba! cas uz byl horsi... Takze preji vsem hodne fajrovejch kilometru a dekuji KPO za dalsi rocnik! At to jezdi!!!

Těšil jsem se na 1. etapu. Čas nic moc, třeba se mi povede oprava.

Dva roky upřednostnění malých dětí a práce. Následky jsou ve sportu kruté. Random trénink = zhoršení se hned o půl minutku...

Můj v podstatě první kopec sezóny. Zatím to bylo spíše o trenažéru a občas gravel. Tohle je moje oblíbená časovka.

poslední den..ale je to tam! :)

Počasi příjemné a vítr vlídný, ale několik hodin válcování tenisových kurtů není moc vhodná rozcvička před TT.

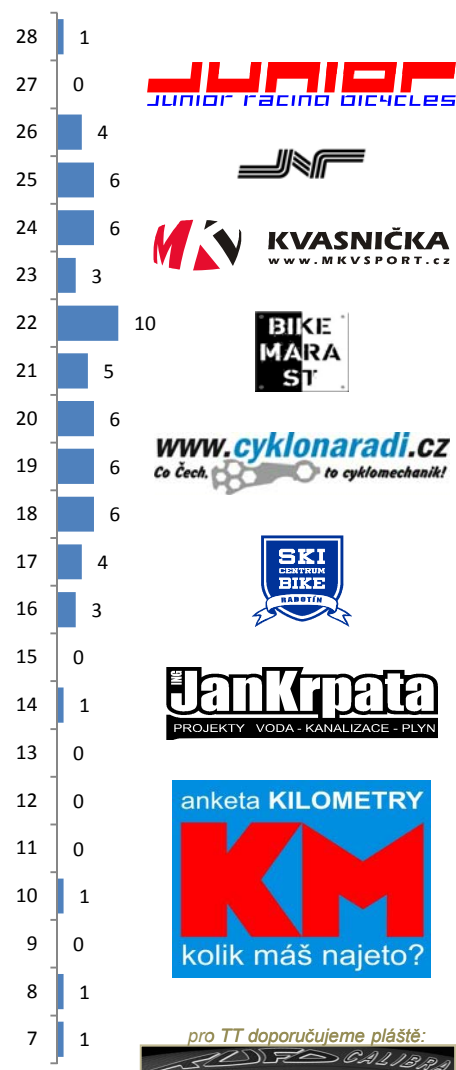
KPO Tréninková Tour 2021 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

verze výsledků 2021-01-2

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágnr	Marek	Vagnerteam	1989	6:58,0	28,7	69
2	Chalupa	Dani	Veslaři Bohemians	1989	7:15,0	27,6	67
3	Mužiček	Pavel	TTT	1984	7:35,0	26,3	65
4	Stranel	Jiri	Bici	1972	7:38,0	26,2	63
5	Stráněl jun.	Jiří	Bici	1993	7:46,0	25,7	62
6	Martin	Chmelík	Zličín	1980	7:47,0	25,7	61
7	Zelinka	Josef	Justýna team	1999	8:02,0	24,9	60
8	Opolecký	Martin	TTT	1984	8:02,3	24,9	59
9	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:05,2	24,7	58
9	Tajtl	Tomáš	NOVIS TK Praha	1975	8:05,2	24,7	58
11	Nassler	Martin	TTT	1975	8:08,0	24,6	56
11	Rada	Vojtěch	SKI AND BIKE KUNRATICE	2010	8:08,0	24,6	56
13	Rada	David	SKI AND BIKE KUNRATICE	1976	8:14,0	24,3	54
14	Souček	Šimon	KPC Praha	1999	8:18,0	24,1	53
15	Teplý	Ondřej	Cafe racers	2021	8:19,0	24,0	52
16	Novák	Jakub	Veslaři Bohemians	1997	8:22,6	23,9	51
17	Krapítek	Vojtěch	TTT	1987	8:26,0	23,7	50
18	Fromm	Mikoláš	Justýna team	2002	8:29,0	23,6	49
19	Matula	Michal	Trispeed	2000	8:38,0	23,1	48
20	Neuman	Martin	Veslaři Bohemians	1996	8:42,0	23,0	47
21	Navrátil	Tomáš	KPC Praha	1972	8:51,0	22,6	46
22	Vágnr	Martin	Vagnerteam	1959	9:00,6	22,2	45
23	Hlaváček	Míma	KPC Praha	1993	9:02,0	22,1	44
24	Novotný	Jan	TTT	1978	9:06,1	22,0	43
25	Otáhal	Jaroslav	TTT	1969	9:10,0	21,8	42
26	Ira	Zdeněk	Bici	1970	9:11,0	21,8	41
27	Zušťák	Vladislav	Triatlon Praha Háje	1980	9:11,5	21,7	40
28	Rédr	Andre	Veslaři Bohemians	1992	9:12,0	21,7	39
29	Kolomicenko	Jakub	TTT	1988	9:13,0	21,7	38
30	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:16,0	21,6	37
31	Nykl	Karel	Triatlon Praha Háje	1976	9:16,3	21,5	36
32	Skála	Radim	Sokol Veltěž	1976	9:22,0	21,3	35
33	Troost	Diederik	TTT	1975	9:24,4	21,2	34
34	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:26,0	21,2	33
35	Strnad	Ivo	CKKV	1964	9:29,0	21,1	32
36	Zimola	Pavel	United Becherries	1963	9:41,0	20,6	31
37	Jánský	Václav	TTT	1989	9:48,0	20,4	30
38	Lazar	Marek	NOVIS TK Praha	1977	9:52,0	20,2	29
39	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:52,9	20,2	28
40	Matula	Robert	Trispeed	1970	10:02,0	19,9	27
41	Strnad	Vít	ANNAVIE	1970	10:12,3	19,6	26
42	Škoda	Milan	Triatlon Praha Háje	1979	10:15,0	19,5	25
43	Zimmermann	Tomáš	Rolling Wheels	1971	10:18,0	19,4	24
44	Frommová	Justýna	Justýna team	1998	10:37,7	18,8	23
45	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:40,0	18,7	22
45	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:40,0	18,7	22
47	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:43,0	18,6	20
48	Pilař	Luděk	Praha - Stodůlky	1989	10:47,9	18,5	19
49	Wenzel	Richard	KPC Praha	1992	10:58,0	18,2	18
50	Souček	Radek	KPC Praha	1962	11:02,0	18,1	17
51	Petruš	Marek	Rolling Wheels	1973	11:09,0	17,9	16
52	Mužíčková	Helena	TTT	1985	11:12,0	17,8	15
53	Řehořová	Jana	KPC Praha	1971	11:16,0	17,7	14
54	Preissová	Alžběta	Justýna team	2001	11:17,0	17,7	13
55	Stranelova	Eva	Bici	1998	11:29,0	17,4	12
56	Malášek	Michal	KPO	1970	11:40,0	17,1	11
57	Šiml	Jan	NOVIS TK Praha	1967	11:49,0	16,9	10
58	Mikušová	Nikola	Veslaři Bohemians	1988	11:57,0	16,7	9
59	Vostatek	Pavel	KPC Praha	1985	12:24,8	16,1	8
60	Kočí	Josef	Triatlon Praha Háje	1949	12:43,0	15,7	7
61	Martinka	Jiří	TTT	1969	12:50,8	15,6	6
62	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	13:50,0	14,4	5
63	Hraba	Pavel	CKKV	1947	19:26,0	10,3	4

	tým	účast	bodů
1	TTT	11	191
2	Veslaři Bohemians	6	182
3	Bici	4	170
4	KPC Praha	13	156
5	Justýna team	4	136
6	Vagnerteam	2	116
7	SKI AND BIKE KUNRATICE	2	112
8	Triatlon Praha Háje	4	105
9	NOVIS TK Praha	3	100
10	Trispeed	2	77
11	Zličín	1	62
12	Cafe racers	1	53
13	KPO	2	50
14	Rolling Wheels	2	42
15	CKKV	2	38
16	Sokol Veltěž	1	36
17	United Becherries	1	32
18	ANNAVIE	1	27
19	Černošice	1	21
20	Praha - Stodůlky	1	20
21	MKV SPORT	1	6

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



64	Havelková	Markéta	KPC Praha	1963	26:17,0	7,6	3
65	Hlaváčková	Lucie	KPC Praha	1999	30:11,0	6,6	2

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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Nádhera, první letošní jízda na silničním kole. Na trati mě překvapilo jak to bylo intenzivní a současně pomalé:)

Krásný den, krásná rychlá vyjížďka a první nakládačka od mladého, co víc si přát :o), paráda a díky za organizaci v této době, kdy si na závody budeme muset asi ještě chvíli počkat.

Pardon za zpoždění, zapomněl jsem si furt přefidit hodinky... Ta změna času.

Byl jsem moc rád, že se mi podařilo tu červenou lucernu donést až nahoru!

Není síla!

Velký dík za další ročník! Za posledních 12 let nepamatuju, že bych jel 1. TT krátký-krátký!

Díky za organizaci letosního ročníku!

Poprvé letos na jednici a hned něco na čas, s nadváhou nešlo čekat zázraky, ale vítr tentokrát celkem pomáhal, tak aspoň druhý můj nejlepší čas v historii, i když celkem s odstupem. Škoda, dnes byly podmínky, že bych to mohl dát i pod 9 min, ale to by člověk nesměl být po zimě prase tlustý vyžraný! Překvapila policejní kontrola přímo na trati (ještě před odbočkou, možná to byli jen dopraváci, těžko říct), naštěstí stavěli auto přede mnou a supícího cyklistu s pěnou u pusy nechali projet bez zastavení. :-)

Krásné počasí mě přemluvilo k druhému pokusu a dopadlo to dobře. Jaro vyhrálo.

Bylo to do kopce!

Druhy pokus

tajně přejet dva okresy, abych se na konci málem poblil a ještě mě skoro dojeli? Hmmm.... :-D

Bolavy nohy

2. Pokus

Po líné zimní přípravě první časovka moc nechutnala :)

Omluvte moje zpoždění, prosím. Cyklistice zdar!

Bylo to mega super moc jsem si užil. Porazil jsem i tátu a mám velkou radost.

Parádní průjezd skrz okresy :-)

Letošní první vyjížďka na silničce a hned ostrá KPO TT :-)

Huraaa! KPO už začala! Zdravím všechny cyklisty! Čekal jsem na poslední den - sluníčko, teplo = krátká krátká. Plynule jsem přesedlal z Rouvy na silnici - na Rouvy nefouka ani to nedrca. Na silnici potkas lidi a jeste se opalis! SUPER! Asi proto ten osobak :-)

poslední den časovky, první letošní vyjetí na silničce, poprvé letos "krátkýxkrátký" :-)) a bohužel nejhorší osobní čas na této trati. ale svezení krásný, asfalt čistej a hladkej...těším se na další etapy.

Těžký začátek sezóny. Byla zima, forma nic moc. Bude líp.

Po roce zase bohužel start TT ve výjimečném stavu. Ale cyklistika dobrá, etapa potěšila a motivovala do budoucna. Hodně zdaru do nové sezóny.

Trať měřila 6,86 km. Nevím proč. Ale moc pěkná trasa, hlavně v Komořanech na náměstí to bylo pěkné.

www.kpo.cz speeded by



64	Riley	Paul	KPO	1971	11:10,0	17,9	26
65	Hintnaus	Jan	Veslaři Bohemians	1990	11:12,0	17,8	25
65	Kašpar	Olda	TTT	1982	11:12,0	17,8	25
67	Šiml	Jan	NOVIS TK Praha	1967	11:18,0	17,7	23
68	Tomáš	Mentlík	MasterCam Loko Praha	1956	11:24,0	17,5	22
69	Likusová	Dagmar	Bojov	1970	11:28,3	17,4	21
70	Součková	Dorka	KPC Praha	1998	11:29,0	17,4	20
70	Štefan	Ladislav	KPO	1955	11:29,0	17,4	20
72	Pavelka	Kamil	Veslaři Bohemians	1977	11:30,0	17,4	18
73	Bartoňová	Veronika	Veslaři Bohemians	1988	11:33,5	17,3	17
74	Vaněk	Miloš	MKV sport	1958	11:38,0	17,2	16
75	Liška	Jan	TTT	1983	11:48,0	16,9	15
76	Kočí	Josef	Triatlon Praha Háje	1949	11:50,0	16,9	14
77	Kolesár	Michal	TTT	1978	11:54,0	16,8	13
78	Příbrský	Dušan	KPO	1965	11:59,0	16,7	12
79	Sokolovská	Dana	MKV sport	1978	12:08,0	16,5	11
80	Stranelova	Eva	NOVIS TK Praha	1998	12:12,0	16,4	10
81	Sedláčková	Barbora	OutdoorOutsiders	1984	13:26,0	14,9	9
82	Hraba	Pavel	CKKV Praha	1947	14:11,0	14,1	8
83	Háková	Kateřina	TTT	1992	14:14,0	14,0	7
84	Hlubuček	Tomáš	BKZ	1967	14:56,6	13,4	6
85	Marouňková	Jaroslava	iThinkBeer	1956	15:12,0	13,1	5
86	Vilimová	Anna	KPC Praha	1995	16:31,0	12,1	4
87	Hlaváčová	Lucie	KPC Praha	1993	17:45,0	11,3	3
88	Grüsserová	Petra	OutdoorOutsiders	1985	18:16,6	10,9	2

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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

Hurá že to začalo. Krásný asfalt, krásný kopec, líné nohy

Jsem těžkej, bylo to do kopce, no hrůza. :D

KPO jede! Díky moc.

Přepálil jsem to a vytuhnul

Na klid, přehazka a řetěz nepovolil větší "akce" :-). Takže tentokrát jen za týmový bod.

Žádná velká sláva, ale po špatné zimní přípravě vlastně docela dobré.

Poprvé tato etapa když jsem měl už něco najeto. Takže o parník osobák. Ale najeto mají už asi všichni.

Na silničce vrstva prachu jak na archivním vínu a první jízda hned takováhle divočina:)

Druhý pokus a jdu relaxovat, lepší už to nebude. Dvuměsíční spinningový výpadek je znát :-)

Jsem těžkej, bylo to do kopce, no hrůza. :D

Díky moc chlapi, že jste to nakonec spustili. Konečně mám můj život zase smysl :D

Do dneška jsem netušil, že tahle cesta existuje. Bolelo to.

bohužel opravovali silnici a musel jsem se proplétat kolonou aut a ještě jsem chytil červenou na semaforu :(

Hrozný provoz až k odbočce na Točnou.

Zlepšení o 1 sekundu. Co dodat?

Ahoj, tak konečně tu máme nový ročník. Děkuji za organizaci i v této době. Časovky jsou jediná dostupná soutěžní radost:o). Tak ať to šlape.

Ještě jsem tátu neporazil, ale už se blíží. Brzo to přijde.

Vežmu to stručně :) Po loňském pátém místě, které jsem kompletně odjel s MTB bylo povinností letos i díky novému kolu zaútočit na TOP 3 celkového pořadí. Na první etapu do kopce na Točné jsem byl relativně dobře připravený, ale bohužel jsem si špatně spočítal čas co jsem chtěl zajet (3 vteřiny) a to mne stálo minimálně jedno místo nicméně s dosaženým časem jsem spokojený, protože jsem +/- na dostřel těm nejlepším ! Přesto cítím, že loni s časem 8:38 jsem z toho ze sebe vymačkal o dost víc než letos při 7:19 a to není dobré znamení ! Těším se na další etapu i na to, že budu ještě lepší :))) Doufám.....

A hele, KPO TT znovu na scéně, už bylo na čase – konečně se něco děje! Točnou jsem jel na čas v minulosti zatím jen 2x, dnes na dvojce kole překvapivě jasné PR, sice první třetina vítr šikmo proti, ale pak už to šlo a dokonce jsem to utáhl celý kopec na velkou pilu, což jsem ani nečekal. Čas těsně nad devět, kdybych nebyl lempl, mohlo to být i pod, ale ze začátku v tom protivětru k odbočce jsem to jen tak šolíchal. Spíš než forma pomohl vítr, ale i tak jsem celkem spokojenej, uvidíme, kam to bude stačit, očekávám velkou účast, když žádná oficiální závody nejsou.

letos první závodní vyjížďka s DPR, APR, AKO, LAS a Paul Riley

Tak jsme se konečně dočkali. Zdravím všechny účastníky a pořadatele a přeji všem hlavně hodně hodně zdraví a abychom všem těm zákeřným virům ujeli.

Zdravím všechny cyklisty! a velký DIK za TT KPO! At Vam to vsem letos zase jezdi a ...

Druhý a poslední pokus :-)

Po 2 měsících zas max.intenzita..nechtunalo to..ale snad to příště půjde líp..

Druhý a lepší pokus

Opět velký dík organizátorům - už jsem se těšil (a bál), kdy to začne.

Celou cestu se mi honilo hlavou, jak někdo s číslem 68 prohlásil, že věk je jen číslo. Snažil jsme se to tak brát, ale stejně to před 45 lety na kole se třemi převody jezdilo nějak lépe. Asi vítr.

letos to můžete přejmenovat na závodní Tour.....

Neměl jsem v plánu to dnes jet. Ale když už jsem se vracel z Zbraslavi. Na zádech malý batůžek, na břichu velký. Rozjel jsem to pomalu, jelo se dobře, ke konci už naplno. Chtělo by to opravu ale nevím zda to dokážu.

Oprava času z minulého týdne, kdy jsem se v první půli tochu flákal. Rozdíl asi půl minuty. Minulá jízda mě víc bavila ale lepší čas se počítá i když to bolí.

Díky za spuštění TT 2020. Snad to vrátí život trochu do normálu a bude motivace jezdit. Výkon slabý, ale ta radost zase sedět na kole! TT předběhla dobu, pravidla se hodí k dnešní situaci.

www.kpo.cz speeded by



KPO Tréninková Tour 2019 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

verze výsledků 2019-01-1

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágner	Marek	Vagnerteam	1989	6:58,0	28,7	79
2	Chalupa	Dani	Veslaři Bohemians	1989	7:33,0	26,5	77
2	Kořán	Kryštof	Veslaři Bohemians	1993	7:33,0	26,5	77
4	Chalupa	Dani	Veslaři Bohemians	1989	7:38,0	26,2	73
5	Mužiček	Pavel	TTT	1984	7:40,0	26,1	72
6	Navrátil	Tomáš	KPC Praha	1972	8:19,0	24,0	71
7	Stranel	Jiri	NOVIS TK Praha	1972	8:22,0	23,9	70
8	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:23,3	23,8	69
8	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:23,3	23,8	69
10	Řezníček	Jan	UAE Emirates	1984	8:26,0	23,7	67
11	Rada	David	Praha-Kamýk	1976	8:35,0	23,3	66
12	Tajtl	Tomáš	NOVIS TK Praha	1975	8:37,0	23,2	65
13	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	8:50,4	22,6	64
13	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	8:50,4	22,6	64
15	Šilhavý	Josef	Team CykloTrenér	1978	8:58,6	22,3	62
16	Zídka	Aleš	Veslaři Bohemians	1981	8:59,0	22,2	61
17	Zdenek	Ira	NOVIS TK Praha	1970	9:01,0	22,2	60
18	Vodička	Josef	TTT	1980	9:06,0	22,0	59
19	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:08,0	21,9	58
20	Novotný	Jan	TTT	1978	9:14,0	21,6	57
20	Otáhal	Jaroslav	TTT	1969	9:14,0	21,6	57
22	Kramosil	Petr	TTT	1979	9:15,0	21,6	55
23	Sladký	Jiří	KPO	1967	9:18,0	21,5	54
24	Vlach	Viktor	KPC Praha	1969	9:21,0	21,4	53
25	Vágner	Martin	Vagnerteam	1959	9:27,9	21,1	52
26	Listinsky	Roman	OutdoorOutsiders	1981	9:32,0	21,0	51
27	Matula	Robert	Trispeed	1970	9:40,0	20,7	50
28	Kramosil	Petr	TTT	1979	9:41,0	20,6	49
29	Amblerová	Karolína	Veslaři Bohemians	2000	9:43,0	20,6	48
30	Zušťák	Vladislav	Triatlon Praha haje	1980	9:46,0	20,5	47
31	Jánský	Václav	TTT	1989	9:52,0	20,2	46
32	Hoffmannová	Diana	Veslaři Bohemians	1992	9:54,0	20,2	45
33	Troost	Diederik	TTT	1975	9:57,5	20,1	44
34	Novotný	Petr	NOVIS TK Praha	1961	9:59,0	20,0	43
35	Jan	Stryhal	Praha	1982	10:00,0	20,0	42
36	Zimmermann	Tomáš	Rolling Wheels	1971	10:01,0	19,9	41
37	Mašek	Martin	NOVIS TK Praha	1976	10:03,0	19,9	40
38	Pokorný	Martin	SK Zahořany	1974	10:06,0	19,8	39
39	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	10:11,0	19,6	38
40	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:16,0	19,5	37
41	Kolomičenko	Jakub	TTT	1988	10:20,9	19,3	36
42	Hlaváček	Míma	KPC Praha	1993	10:22,0	19,3	35
43	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	10:23,0	19,2	34
44	Zimola	Pavel	United Becherries	1963	10:25,0	19,2	33
45	Kavalir	Jan	TTT	1976	10:26,0	19,2	32
46	Mládenka	Petr	Veslaři Bohemians	1989	10:37,0	18,8	31
47	Hintnaus	Jan	Veslaři Bohemians	1990	10:42,0	18,7	30
48	Kolesár	Michal	TTT	1978	10:48,0	18,5	29
49	Petruš	Marek	Rolling Wheels	1973	10:55,0	18,3	28
50	Ciboch	Hynek	Hostivar	1979	10:58,0	18,2	27
51	Hlaváček	Jiří	KPC Praha	1964	10:59,0	18,2	26
52	Mládenka	Petr	Veslaři Bohemians	1989	11:21,0	17,6	25
53	Příbrský	Dušan	KPO	1965	11:26,0	17,5	24
54	Šiml	Jan	NOVIS TK Praha	1967	11:27,0	17,4	23
55	Lazar	Marek	Novis TK Praha	1977	11:30,0	17,4	22
56	Švihlík	Martin	TTT	1968	11:36,0	17,2	21
57	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	11:44,0	17,0	20
58	Kočová	Alena	KPO	1962	11:50,0	16,9	19
59	Pilář	Luděk	Praha - Stodůlky	1989	11:52,4	16,8	18
60	Malášek	Michal	KPO	1970	12:00,0	16,7	17
61	Zahradníková	Lenka	KPC Praha	1994	12:06,0	16,5	16
62	Hosnedl	Marek	Triatlon Praha Háje	1991	12:15,0	16,3	15
63	Soucek	Jiri	TTT	1993	12:17,0	16,3	14

	tým	účast	bodů
1	Veslaři Bohemians	12	239
2	KPC Praha	13	212
3	TTT	14	202
3	NOVIS TK Praha	7	202
5	Vagnerteam	2	133
6	KPO	4	101
7	Rolling Wheels	2	71
8	UAE Emirates	1	68
9	Praha-Kamýk	1	67
10	Team CykloTrenér	1	63
11	OutdoorOutsiders	1	52
12	Trispeed	1	51
13	Triatlon Praha haje	1	48
14	Praha	1	43
15	MKV Sport	3	42
16	SK Zahořany	1	40
17	Černošice	1	38
18	PLUTO team Praha	1	35
19	United Becherries	1	34
20	Hostivar	1	28
21	Triatlon Praha Háje	2	27
22	Praha - Stodůlky	1	19
23	Bikeclinic junior team	1	13
24	MasterCam - Loko	1	8
25	iThinkBeer	1	4

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!



Jan Krpata
PROJEKTY VODA - KANALIZACE - PLYN

anketa KILOMETRY
KM
kolik máš najeto?

64	Vaněk	Miloš	MKV sport	1958	12:19,0	16,2	13
65	Rada	Vojtěch	Bikeclinic junior team	2010	12:20,0	16,2	12
66	Martinka	Jiří	TTT	1969	12:27,0	16,0	11
67	Kroupa	Stěpán	Triatlon Praha Háje	1975	12:32,0	15,9	10
68	Vlk	Jáchym	KPC Praha	2007	12:35,0	15,9	9
69	Vlková	Anna	KPC Praha	2005	12:37,0	15,8	8
70	Mentlík	Tomáš	MasterCam - Loko	1956	12:50,0	15,6	7
71	Sokolovská	Dana	MKV SPORT	1978	13:14,0	15,1	6
72	Časta	Radek	Veslaři Bohemians	1985	13:26,0	14,9	5
73	Hývl	Jirka	KPC Praha	1984	13:46,0	14,5	4
74	Marounková	Jaroslava	iThinkBeer	1956	14:25,0	13,9	3
75	Havelková	Markéta	KPC Praha	1963	17:48,0	11,2	2

pro TT doporučujeme pláště:



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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

Náhodně řazené komentáře jezdců:

první jízda na silničce - krásný vytrvalý kopec. Jen bych rád jel rychleji...

Druhy pokus.

První letošní vyjížďka. Krásný den, tak jsem to jen tak objel.

Plán byl přes zimu zhubnout a v kopcích zrychlit. Plán splněn, byť v záporných hodnotách, i tak fajn svezení.

Ten kopec je každý rok delší :-)

pěkný začátek v nádherném dni, díky!

Přes zimu pár kilo dolů a ejhle, první etapa a životní forma. :)

Druhy pokus

Už jsem tuhle trasu měl i o minutu lépe. Je čas začít se vymlouvat na alergii. ;-)

www.kpo.cz speeded by



bez zimního tréninku s lepším časem než loni, jak i to jinak vysvětlit, než tím, že mi roste konkurence v mém synovi, tak jsem pod větším tlakem :o)

Zajeto s horským kolem..... :)))

Moje první letošní jízda na kole. Po sobotním běžeckém 1/2Maratonu VAŠÍ LIGY v Braníku. Kolo je přeci jen jiná disciplína než běh :-)

Zdarec cyklisti! Vždy když je vypsána první časovka, tak to je jako cyklisticky začátek roku :-) Takže hodně zdraví do toho letosního roku!!! At nam to vsem jezdi!!! J.

krásný počasí,super asphalt a docela jsem to udýchal :-)

Nevím, co mě napadlo, ale podíval jsem se na stránky KPO a objevil jsem již první časovku. Do kopce jsem letos ještě nejel, jen pár vyjížďek po rovině podél vody. Takže na přežití a udělal jsem si výškový rekord, na kole jsem ještě přes 350 mnm letos nebyl!!!

V sobotu, teplo jako v létě. Ideální podmínky, dobré rozjetí čas 4 s za osobákem. Povedený trénink, první letošní jízda na jedničce.

V sobotu, teplo jako v létě. Ideální podmínky, dobré rozjetí čas 4 s za osobákem. Povedený trénink, první letošní jízda na jedničce.

Dobrý začátek sezóny, počasí téměř letní. Snad to takto vydrží i dál.

Krásná, příjemně uzemňující po zimě. Skol!

Tak dlouhou pauzu od kola jsem snad jeste nemel :-) Naposledy v pulce rijna. Navic první jízda a rovnou časovka a jeste par dni po Krkonoske 70. Ale Motivace pomaha a cas lepsi nez loni :-)

Díky za krásnou trať v sobotním slunečném dni a osobní rekord!

KPO Tréninková Tour 2018 - 1. etapa: Zbraslav - Točná

verze výsledků 2018-01-2

	příjmení	jméno	tým	ročník	čas	km/h	bodů
1	Vágnr	Marek	Vagnerteam	1989	7:16,0	27,5	54
2	Chalupa	Dani	Veslaři Bohemians	1989	7:30,0	26,6	52
3	Hladík	Martin	Veslaři Bohemians	1988	7:52,0	25,4	50
4	Hanyk	Milan	SKIBIKECENTRUM.CZ	1984	8:03,0	24,8	48
5	Beránek	Jan	ELA Litvínov	1988	8:06,0	24,7	47
6	Stranel	Jiri	NOVIS TK PRAHA	1972	8:20,0	24,0	46
7	Mužiček	Pavel	TTT	1984	8:24,0	23,8	45
8	Krátký	Michal	OutdoorOutsiders	1982	8:36,0	23,2	44
9	Tajtl	Tomáš	Novis TK Praha	1975	8:38,3	23,1	43
10	Bartoň	Vojtěch	Veslaři Bohemians	1988	8:43,9	22,9	42
11	Rada	David	Bikeclinic junior team	1976	8:45,0	22,8	41
12	Bažináč	Vojtěch	TTT	1986	8:52,0	22,5	40
13	Zídka	Aleš	Veslaři Bohemians	1981	9:07,0	21,9	39
14	Procházka	Jan	KPO	1982	9:14,0	21,6	38
14	Vlk	Ladislav	KPC Praha	1967	9:14,0	21,6	38
16	Soucek	Jiri	TTT	1993	9:25,5	21,2	36
17	Vlk	Pavel	KPC Praha	1970	9:36,0	20,8	35
18	Novotný	Jan	TTT	1978	9:40,0	20,7	34
19	Vágnr	Martin	Vagnerteam	1959	9:40,3	20,7	33
20	Otáhal	Jaroslav	TTT	1969	9:48,0	20,4	32
21	Šejna	Karel	CKKV Praha	1958	9:56,2	20,1	31
22	Bittner	Miroslav	TTT	1973	9:57,0	20,1	30
23	Zelený	Jiří	PTCR	1963	10:09,0	19,7	29
24	Novotný	Petr	NOVIS TK PRAHA	1961	10:25,0	19,2	28
25	Kavalír	Jan	TTT	1976	10:33,0	18,9	27
25	Munzar	Zbyněk	H-H Smíchov	1982	10:33,0	18,9	27
25	zizka	karel	ckmc	1944	10:33,0	18,9	27
28	Labský	Zdeněk	KPC Praha	1981	10:38,0	18,8	24
28	Švorc	Jiří	MKV Sport	1963	10:38,0	18,8	24
30	Mazanec	Jiří	Černošice	1958	10:42,0	18,7	22
31	Zimola	Pavel	United Becherries	1963	10:45,0	18,6	21
32	Elis	Miloš	PLUTO team Praha	1957	11:00,0	18,2	20
33	Hintnaus	Jan	Veslaři Bohemians	1990	11:05,0	18,0	19
34	Havelka	Jan	KPC Praha	1963	11:07,0	18,0	18
35	Souček	Radek	KPC Praha	1962	11:08,0	21,9	17
36	Malášek	Michal	KPO	1970	11:25,0	17,5	16
37	Listinsky	Roman	OutdoorOutsiders	1981	11:36,0	17,2	15
38	Verner	Michal	MKV sport	1979	11:40,0	17,1	14
39	Šiml	Jan	NOVIS TK PRAHA	1967	11:45,0	17,0	13
40	Švihlík	Martin	TTT	1968	11:50,0	16,9	12
41	Příbrský	Dušan	KPO	1965	12:10,0	16,4	11
42	Kočová	Alena	KPO	1962	12:20,0	16,2	10
43	Daněk	Zdeněk	MKV Sport	1970	12:32,0	15,9	9
44	Sokolovska	Dana	MKV SPORT	1978	13:30,0	14,8	8
45	Kolesár	Michal	TTT	1978	13:51,0	14,4	7
46	Vlk	Jáchym	KPC Praha	2007	14:24,0	13,9	6
47	Marounková	Jarka	iThinkBeer	1956	14:38,0	13,7	5
48	Hlubuček	Tomáš	BKZ	1967	15:30,1	12,9	4
49	Štefan	Ladislav	KPO	1955	16:00,0	12,5	3
50	Havelková	Markéta	KPC Praha	1963	20:28,0	9,8	2

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

Náhodně řazené komentáře jezdců:

No, nebylo teplo...

Tenhle segment je asi nejpřesnější -

ta zima mi fakt už pije krev

Překvapivě dobré pocity v takový kládě

Ráno na lyžích, odpoledne na Točné.

po zimě z gauče, na poslední chvíli druhý pokus, víc nedám :)

takovou zimu na první časovku za 10 let nepamatuju:o). čekání na teplejší počasí bylo marné. V 7 stupních, o další kila těžší a venku najeto 100km rovná se nejhorší čas za všechny roky :o)

slunečný nedělní večer, autem na start, rozjetí 6km podle vody. to byly první letošní kilometry na kole.. a v 18:15 start etapy. Po minutě zahlceni, pískající plíce, rovinka na prvním kilometru volně, abych se dostal z červených čísel :-)) pak už jen vyšší a vyšší teplejší a pomalejší rychlost. Pokus o spurt na závěr znamenal pak 20 m za cílem zastavit 2 minuty ležet na řídkách a sám sebe resuscitovat. Čas samozřejmě záporák o 4 vteřiny. Ale etapa odjeto:-) !!!

	tým	účast	bodů
1	Veslaři Bohemians	5	149
2	TTT	9	130
3	NOVIS TK PRAHA	4	121
4	KPC Praha	7	104
5	Vagnerteam	2	89
6	KPO	5	70
7	OutdoorOutsiders	2	61
8	MKV Sport	4	51
9	SKIBIKECENTRUM.CZ	1	49
10	ELA Litvínov	1	48
11	Bikeclinic junior team	1	42
12	CKKV Praha	1	32
13	PTCR	1	30
14	H-H Smíchov	1	28
14	ckmc	1	28
16	Černošice	1	23
17	United Becherries	1	22
18	PLUTO team Praha	1	21
19	iThinkBeer	1	6
20	BKZ	1	5

Motivujte své týmové kolegy či známé:

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

Tipy na tratě, dotazy: tt@kpo.cz

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES



MKV **KVASNIČKA**
www.MKVSPORT.cz



www.cyklonaradi.cz
Co Čech, to cyklomechanik!



Jan Krpata
PROJEKTÝ VODÁ - KANALIZACE - PLYN

anketa **KILOMETRY**
KM
kolik máš najeto?

pro TT doporučujeme pláště:



Měřeno na celé minuty telefonem v kapse. Premiéra po operaci kolene.

A je to tady, tedy soupeřům zdar (tomu největšímu, mé lenosti, zmar)! Namotivován Saganem ve Wevelgemu vyrážím (letos na silnici už podruhé), hexnšús mi sice nedovoluje se příliš zvedat ze sedla, ale dávám to (tedy možná až příliš na pohodu). Příště zabuju víc.

Nohy v medu, delam co muzu, ani tam snad nevyjedu. První kopec po zime mi dal zabrat.

Zima, kašel, rýma, nadváha ale přesto všechno docela dobrý.

Standardní začátek sezóny první kilometry na silniče.

První letošní vyjížďka a hned TT. No doufal jsem, že to bude rychlejší, ale to bych se na tom kole musel předtím alespoň trochu rozkoukat...

Oprášil jsem kolo, dofoukl a vyjel to vyjet, podařilo se, sláva:)

www.kpo.cz speeded by



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

JUNIOR
JUNIOR RACING BICYCLES



MKV **KVASNIČKA**
WWW.MKVSPO.RT.CZ



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	Karočhová	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!

Jan Krpata
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, jeste 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	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

	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

> 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 zjet lépe.

Krasna nedelni projizdka - 4st., dest, vitr. Ale zase volna 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, nabalený 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 nový, ale stejně o čtyři vteřiny lépe než loni :-)

info o týmech: www.kpo.cz/2012/tymy-2012.pdf



KVASNIČKA
www.mkvSPORT.cz

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

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

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

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 čeká 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 špatně

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 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 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	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 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	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
SABOTIN

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
MARSA
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 špatně

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 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 ztuhly, 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 zlepšívá... 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 pláštěmi a s malým batůžkem na zádech. Nelze za to získat nějakou bonifikaci :-))))?

Na zimákově. 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