

STOŽECKÁ BRUSLE 2009

16.8.2009

STOŽEC

Oficiální výsledková listina

16 km

Poř. Poř./Kat	St. č.	Jméno	Ročník	Země	Klub	8 km	13 km	Cílový čas	Zpoždění
1. 1./M1	262	KUCHAŘ Martin	1969	CZE	Gigasport ISC Team			00:29:16.8	00:00:00.0
2. 2./M1	253	TRNAVSKÝ Lukáš	1991	CZE	WORKER SSC TEAM	00:14:57	00:22:36	00:29:17.1	00:00:00.3
3. 3./M1	234	DRASTICH Vojtěch	1990	CZE	sportovníkurzy.cz	00:15:16	00:23:17	00:29:58.8	00:00:42.0
4. 4./M1	276	ČÍŽEK Petr	1979	CZE	BZK Praha	00:15:13	00:23:21	00:30:13.8	00:00:57.0
5. 1./M2	223	ZÍKA Jaroslav	1964	CZE	Gigasport ISC Team	00:15:28	00:23:33	00:30:33.5	00:01:16.7
6. 2./M2	272	ŠOHAJ Petr	1968	CZE	maraton centrum Jičín	00:15:27	00:23:47	00:30:48.4	00:01:31.6
7. 5./M1	193	ŠTĚRBÁK Eda	1975	CZE	Brno	00:15:50	00:23:58	00:30:48.6	00:01:31.8
8. 6./M1	222	STODOLA Jan	1969	CZE	KSB DDM Modřany	00:15:42	00:23:46	00:30:53.6	00:01:36.8
9. 7./M1	226	PĚČONKA Michal	1990	CZE	sportovníkurzy.cz	00:15:55	00:24:10	00:30:58.5	00:01:41.7
10. 8./M1	328	ZAVORAL Kamil	1979	CZE	Inlajn.cz	00:15:40	00:24:16	00:31:47.2	00:02:30.4
11. 1./MNB	303	ZAHULA Vít	1990	CZE	Ski klub Jablonec		00:24:39	00:31:51.5	00:02:34.7
12. 2./MNB	309	HÁSEK Jan	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:16:08	00:24:53	00:31:56.6	00:02:39.8
13. 9./M1	261	NEPOVÍM Michal	1970	CZE	inline Běchovice	00:16:07	00:24:40	00:31:57.9	00:02:41.1
14. 10./M1	200	NOVÁK David	1978	CZE	Inlajn.cz	00:16:13	00:24:51	00:32:06.9	00:02:50.1
15. 1./Z1	206	KARABOVA Renata	1987	SVK	Skating Club Košice	00:16:12	00:24:42	00:32:13.7	00:02:56.9
16. 3./M2	248	TARANTÍK Josef	1968	CZE	Plzeň	00:16:17	00:24:56	00:32:33.1	00:03:16.3
17. 11./M1	266	KOS Tomas	1970	CZE	Pikovice	00:16:41	00:25:11	00:32:33.8	00:03:17.0
18. 12./M1	241	SLAVKOVSKÝ Rastislav	1981	CZE	Inlajn.cz	00:16:17	00:25:16	00:32:38.1	00:03:21.3
19. 13./M1	255	DANĚK Lukáš	1989	CZE	Gigasport ISC Team	00:16:25	00:25:24	00:32:57.9	00:03:41.1
20. 3./MNB	312	KREJZA Luboš	1971	CZE	SK Lyžaři Frymburk	00:16:11	00:25:22	00:33:05.6	00:03:48.8
21. 2./Z1	273	VESELÁ Monika	1990	SVK	Skating Club Košice	00:16:30	00:25:34	00:33:24.2	00:04:07.4
22. 3./Z1	210	BEJDÁKOVÁ Jitka	1978	CZE	K2hiking.cz	00:16:41	00:25:30	00:33:25.6	00:04:08.8
23. 14./M1	2	VOJTĚCHOVSKÝ David	1973	CZE	Teplice	00:16:44	00:25:44	00:33:49.5	00:04:32.7
24. 15./M1	230	VALOVÝ Rostislav	1985	CZE	Inlajn.cz	00:17:01	00:26:13	00:34:02.8	00:04:46.0
25. 4./MNB	295	TITĚRA Jan	1992	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:29	00:26:37	00:34:04.8	00:04:48.0
26. 1./M17	232	STONIŠ Patrik	1993	CZE	sportovníkurzy.cz	00:17:07	00:26:12	00:34:08.6	00:04:51.8
27. 5./MNB	298	KŘENOVSKÝ Michal	1990	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:10	00:26:26	00:34:09.4	00:04:52.6
28. 6./MNB	292	KOPAL Kryštof	1993	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:38	00:26:55	00:34:09.9	00:04:53.1
29. 7./MNB	291	CALDA Vladimír	1993	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:54	00:27:11	00:34:25.2	00:05:08.4
30. 4./M2	256	PŘEROST Josef	1968	CZE	Králov Dvůr	00:17:10	00:24:45	00:34:27.1	00:05:10.3
31. 5./M2	252	MINIBERGER Marek	1967	CZE	Gigasport ISC Team	00:17:11	00:26:25	00:34:28.3	00:05:11.5
32. 6./M2	271	DVOŘÁK Martin	1960	CZE	Inlajn.cz	00:17:01	00:26:29	00:34:30.5	00:05:13.7
33. 8./MNB	285	PALOUA Tomáš	1969	CZE	Kájov	00:17:11	00:26:35	00:34:40.2	00:05:23.4
34. 9./MNB	290	BARTŮNĚK Michal	1993	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:46	00:27:26	00:34:40.4	00:05:23.6
35. 7./M2	209	WIESNER Vladimír	1962	CZE	Zlín	00:17:06	00:25:41	00:34:43.9	00:05:27.1
36. 10./MNB	289	KNOP Petr	1994	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:48	00:27:23	00:34:57.3	00:05:40.5
37. 4./Z1	221	ŽÁČKOVÁ Martina	1990	CZE	sportovníkurzy.cz	00:16:46	00:26:11	00:35:01.9	00:05:45.1
38. 16./M1	190	MALÁK Jiří	1986	CZE	Inlajn.cz	00:17:40	00:27:04	00:35:06.8	00:05:50.0



www.POLAR.cz.com
PRODEJ a SERVIS pro ČR

HOTEL PSTRUH
PENZION DRUID
PENZION NÁDRAŽÍ STOŽEC

PENZION STOŽECKÁ KAPLE
SKI KLUB VOLARY
RESTAURACE KAMENÁK

16 km

Poř.	Poř./Kat	St. č.	Jméno	Ročník	Země	Klub	8 km	13 km	Cílový čas	Zpoždění
39.	5./Z1	224	ŠODKOVÁ Eva	1984	CZE	Inlajn.cz	00:17:23	00:26:44	00:35:07.6	00:05:50.8
40.	11./MNB	310	PRÁŠIL Vojtěch	1990	CZE	Ski klub Jablonec	00:16:50	00:27:01	00:35:12.1	00:05:55.3
41.	17./M1	259	LOUČAN Jan	1972	CZE	Dobříš	00:18:07	00:27:25	00:35:33.0	00:06:16.2
42.	12./MNB	300	PELC Martin	1990	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:50	00:27:36	00:35:38.5	00:06:21.7
43.	8./M2	258	ŠTICHA Rostislav	1966	CZE	Gigasport ISC Team	00:17:34	00:26:55	00:35:48.0	00:06:31.2
44.	9./M2	270	BOSAMBO Tomáš	1957	CZE		00:17:24	00:27:19	00:35:48.9	00:06:32.1
45.	18./M1	238	HOIDEKR Jan	1978	CZE	Inlajn.cz	00:18:02	00:27:36	00:35:54.9	00:06:38.1
46.	13./MNB	315	BLOCH Filip	1974	CZE	SK Lyžaři Frymburk	00:17:54	00:27:53	00:35:58.5	00:06:41.7
47.	14./MNB	296	CIHLÁŘ Anthony	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:18:04	00:27:56	00:35:58.6	00:06:41.8
48.	10./M2	242	ŠTĚRBÁK Ivo	1968	CZE	Borovany	00:17:51	00:27:30	00:36:01.6	00:06:44.8
49.	15./MNB	287	KRONIKA Miroslav	1971	CZE	SPORTeM	00:17:48	00:27:39	00:36:16.1	00:06:59.3
50.	16./MNB	302	TOLAR Václav	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:18:03	00:28:04	00:36:17.4	00:07:00.6
51.	19./M1	208	ZIKA Štěpán	1978	CZE	Vinařice	00:18:29	00:27:50	00:36:19.7	00:07:02.9
52.	17./MNB	297	KRACÍK Josef	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:17:41	00:27:41	00:36:21.6	00:07:04.8
53.	20./M1	251	MATTIOLI Jan	1976	CZE	Teplice	00:17:46	00:27:36	00:36:36.9	00:07:20.1
54.	11./M2	322	PRAVDA Petr	1959	CZE	Nowis team	00:18:13	00:28:04	00:36:52.7	00:07:35.9
55.	12./M2	245	STRNAD Jiří	1968	CZE	Ondřejov	00:19:00	00:28:27	00:37:12.9	00:07:56.1
56.	18./MNB	299	NOSEK Jonáš	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:18:52	00:28:55	00:37:33.4	00:08:16.6
57.	19./MNB	316	NEKOLA Martin	1969	CZE	SK Lyžaři Frymburk	00:18:43	00:28:59	00:37:34.3	00:08:17.5
58.	21./M1	196	VÍTOVEC Jindřich	1977	CZE	Sokol Stachy	00:18:27	00:28:27	00:37:35.0	00:08:18.2
59.	20./MNB	288	ANTOŠ Jakub	1994	CZE	Ski klub Jablonec	00:18:43	00:29:01	00:37:45.8	00:08:29.0
60.	6./Z1	267	VAŇKOVÁ Lucie	1969	CZE	MKV Sport	00:18:56	00:28:58	00:37:48.7	00:08:31.9
61.	13./M2	269	WEINFURT Josef	1950	CZE	Klatovy	00:18:38	00:28:48	00:38:00.6	00:08:43.8
62.	14./M2	205	SKALNÍK Jaroslav	1965	CZE	Tábor	00:19:04	00:29:06	00:38:04.2	00:08:47.4
63.	1./Z17	207	PŘEDOTOVÁ Karolína	1994	CZE	Ski klub Šumava	00:19:05	00:29:22	00:38:05.5	00:08:48.7
64.	7./Z1	240	FEDÁKOVÁ Hana	1982	CZE	sportovníkurzy.cz	00:18:28	00:28:33	00:38:09.4	00:08:52.6
65.	21./MNB	281	PITUCH Juraj	1972	SVK	-	00:18:58	00:29:37	00:38:36.0	00:09:19.2
66.	22./M1	329	VÍTEK Václav	1986	CZE	Nový Rychnov	00:19:26	00:29:58	00:38:49.2	00:09:32.4
67.	22./MNB	294	ŠTRÉGL Tomáš	1993	CZE	Ski klub Jablonec	00:19:23	00:29:59	00:38:54.0	00:09:37.2
68.	23./M1	265	SONNENSCHNEIN Marek	1989	CZE	sportovníkurzy.cz	00:19:35	00:29:56	00:39:19.8	00:10:03.0
69.	8./Z1	275	PAVLÁSKOVÁ Kamila	1975	CZE	ski klub šumava	00:19:43	00:30:04	00:39:21.6	00:10:04.8
70.	9./Z1	228	GUTWIRTHOVA Pavla	1979	CZE	PRAHA 6	00:19:48	00:30:18	00:39:34.0	00:10:17.2
71.	15./M2	239	SPITLBAUER Thomas	1964	GER	TSV Plattling	00:19:22	00:29:46	00:39:37.5	00:10:20.7
72.	10./Z1	243	VOLFOVÁ Hana	1979	CZE		00:19:47	00:29:46	00:39:37.5	00:10:20.7
73.	23./MNB	293	PATRMAN Martin	1992	CZE	Ski klub Jablonec	00:19:13	00:30:10	00:39:42.3	00:10:25.5
74.	24./MNB	301	PRCHAL Jakub	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:19:15	00:30:18	00:39:43.1	00:10:26.3
75.	11./Z1	233	VAŠIČKOVÁ Veronika	1974	CZE	Ski servis Masáková Lh	00:19:33	00:30:25	00:39:47.7	00:10:30.9
76.	12./Z1	195	MAYERHOFEROVÁ Renata	1974	CZE	BK Powerslide Náchod	00:19:17	00:30:05	00:39:50.0	00:10:33.2
77.	16./M2	197	PROCHÁZKA Michal	1960	CZE	Prachatice	00:19:53	00:30:15	00:39:50.8	00:10:34.0
78.	17./M2	235	STIBAL Ivan	1957	CZE	Děčín XX.	00:19:30	00:30:12	00:39:55.0	00:10:38.2
79.	2./Z17	215	MONDLOVÁ Kateřina	1994	CZE	Ski klub Šumava	00:19:48	00:30:42	00:39:57.0	00:10:40.2
80.	25./MNB	324	OHNOUTKA Vít	1984	CZE	VV Lipnoservis	00:19:55	00:30:48	00:40:16.0	00:10:59.2
81.	13./Z1	236	JANDOVÁ Linda	1981	CZE	sportovníkurzy.cz	00:20:00	00:30:49	00:40:26.3	00:11:09.5
82.	1./ZNB	304	HÁSKOVÁ Kateřina	1992	CZE	Ski klub Jablonec	00:19:42	00:30:56	00:40:32.3	00:11:15.5
83.	26./MNB	323	HOVORKA Vít	1978	CZE	VV Lipnoservis	00:19:54	00:30:44	00:40:38.3	00:11:21.5
84.	18./M2	318	ČERMÁK Roman	1967	CZE	Sokol Maxičky	00:20:22	00:31:15	00:40:43.2	00:11:26.4
85.	19./M2	268	ŠÍMA Jiří	1964	CZE	Horní Planá	00:19:28	00:30:50	00:40:51.9	00:11:35.1



oficiální prepravce
www.POLAR.cz.com
PRODEJ a SERVIS pro ČR

HOTEL PSTRUH
PENZION DRUID
PENZION NÁDRAŽÍ STOŽEC

PENZION STOŽECKÁ KAPLE
SKI KLUB VOLARY
RESTAURACE KAMENÁK

16 km

Poř.	Poř./Kat	St. č.	Jméno	Ročník	Země	Klub	8 km	13 km	Cílový čas	Zpoždění
86.	2./ZNB	305	KNOPOVÁ Kamila	1992	CZE	Ski klub Jablonec	00:20:16	00:31:27	00:40:56.6	00:11:39.8
87.	1./Z2	237	ŠTĚRBÁKOVÁ Andrea	1968	CZE	Borovany	00:20:13	00:31:05	00:41:13.9	00:11:57.1
88.	20./M2	188	BURKHART Heinz	1939	GER	ski&bike deggendorf	00:20:29	00:31:15	00:41:30.1	00:12:13.3
89.	24./M1	247	ŽALUD Vít'a	1975	CZE	Inlajn.cz	00:19:59	00:31:21	00:41:34.9	00:12:18.1
90.	25./M1	257	BENEŠ Martin	1972	CZE	Český Krumlov	00:20:48	00:32:08	00:41:50.4	00:12:33.6
91.	14./Z1	214	HEMEROVÁ Markéta	1969	CZE	PRAHA 4	00:20:07	00:31:14	00:41:58.8	00:12:42.0
92.	21./M2	191	URBÁNEK Lubomír	1954	CZE	Sušice	00:20:36	00:31:50	00:42:01.4	00:12:44.6
93.	22./M2	185	CÍSAŘ Zdeněk	1951	CZE	Štěchovice	00:24:39	00:36:00	00:42:14.3	00:12:57.5
94.	23./M2	227	LOUKOTA Tomáš	1957	CZE	praha 2	00:20:34	00:31:45	00:42:23.1	00:13:06.3
95.	3./ZNB	308	KRACÍKOVÁ Petra	1991	CZE	Ski klub Jablonec	00:21:32	00:32:48	00:42:34.5	00:13:17.7
96.	3./Z17	229	VORÁČKOVÁ Dominika	1993	CZE	Ski klub Šumava	00:21:38	00:32:54	00:42:47.0	00:13:30.2
97.	2./Z2	203	RYŠAVÁ Jarmila	1957	CZE	Haviřov	00:20:53	00:32:21	00:42:49.6	00:13:32.8
98.	27./MNB	311	MRAZÍK Lubomír	1967	CZE	SK Lyžaři Frymburk	00:20:40	00:32:24	00:43:03.3	00:13:46.5
99.	28./MNB	317	KOTRC Vladimír	1941	CZE	ski klub šumava	00:21:19	00:33:01	00:43:03.3	00:13:46.5
100.	3./Z2	277	KADLECOVÁ Pavla	1968	CZE	Basecamp	00:21:33	00:32:59	00:43:15.2	00:13:58.4
101.	24./M2	250	ZÍKA Pavel	1968	CZE	neorganizován	00:20:50	00:32:40	00:43:20.1	00:14:03.3
102.	4./Z17	199	HŮLOVCOVÁ Jana	1994	CZE	Ski klub Šumava	00:21:17	00:33:02	00:43:23.3	00:14:06.5
103.	25./M2	231	KRÁL Břetislav	1947	CZE	Vimperk	00:21:18	00:32:46	00:43:25.3	00:14:08.5
104.	4./ZNB	306	ŠIMKOVÁ Jana	1993	CZE	Ski klub Jablonec	00:21:22	00:33:16	00:43:39.8	00:14:23.0
105.	26./M1	184	MENGER Pavel	1973	CZE	Velké Přílepy	00:22:57	00:34:09	00:43:46.6	00:14:29.8
106.	15./Z1	263	BALABÁNOVÁ Klára	1991	CZE	Vimperk	00:21:43	00:33:12	00:44:18.6	00:15:01.8
107.	16./Z1	218	ZOULOVÁ Andrea	1976	CZE	Máslovice	00:22:01	00:33:37	00:44:28.0	00:15:11.2
108.	27./M1	260	ČERNÝ Marek	1973	CZE	Včelná	00:21:49	00:33:36	00:44:34.5	00:15:17.7
109.	26./M2	216	INGELI Michal	1955	SVK	inlineBSS.sk	00:23:04	00:34:43	00:44:54.0	00:15:37.2
110.	27./M2	319	ŘEZÁČ Josef	1962	CZE	OTRESPORT Frymburk	00:21:47	00:33:40	00:44:55.5	00:15:38.7
111.	29./MNB	282	ŠTASTNÝ Vladimír	1951	CZE	Klub ŠANCE Prostějov	00:21:41	00:33:56	00:45:26.0	00:16:09.2
112.	17./Z1	198	URBÁNKOVÁ Daniela	1981	CZE	Plzeň	00:21:42	00:33:58	00:45:31.9	00:16:15.1
113.	30./MNB	313	MAURER Miroslav	1960	CZE	SK Lyžaři Frymburk	00:21:22	00:33:24	00:45:56.1	00:16:39.3
114.	5./ZNB	307	KOCIÁNOVÁ Karolína	1992	CZE	Ski klub Jablonec	00:22:27	00:35:01	00:47:08.9	00:17:52.1
115.	28./M2	254	UHLÍŘ Jan	1962	CZE	neorganizován	00:22:41	00:35:27	00:47:10.3	00:17:53.5
116.	4./Z2	211	KOLÁŘOVÁ Martina	1968	CZE	Teplice	00:23:47	00:36:01	00:47:34.4	00:18:17.6
117.	18./Z1	186	MUFOVÁ Hana	1981	CZE	Prachatice	00:22:55	00:35:44	00:47:51.3	00:18:34.5
118.	5./Z2	280	PICKOVÁ Alena	1958	CZE	TJ Kvilda	00:23:59	00:36:45	00:47:53.8	00:18:37.0
119.	6./Z2	225	STIBALOVÁ Věra	1960	CZE	Děčín XX.	00:23:19	00:36:26	00:49:48.0	00:20:31.2
120.	28./M1	187	HRUBEC Přema	1984	CZE	Prachatice	00:22:46	00:35:57	00:50:42.1	00:21:25.3
121.	31./MNB	283	DOUPOVEC Josef	1947	CZE	Klatovy IV	00:24:46	00:38:33	00:50:45.5	00:21:28.7
122.	29./M2	194	HŘÍBAL Bohuslav	1949	CZE	žádný	00:24:22	00:37:54	00:51:27.1	00:22:10.3
123.	6./ZNB	314	FEITLOVÁ Marta	1978	CZE	Frymburk	00:24:40	00:38:35	00:51:42.0	00:22:25.2
124.	32./MNB	327	BAUER Michael	1968	GER	Landshut	00:24:26	00:39:07	00:52:59.7	00:23:42.9
125.	29./M1	321	KADLEC Michal	1986	CZE	Třeboň	00:25:43	00:40:01	00:53:12.8	00:23:56.0
126.	19./Z1	320	KORANDOVÁ Barbora	1989	CZE	Třeboň	00:25:58	00:40:16	00:53:28.3	00:24:11.5
127.	20./Z1	278	FUNDOVÁ šárka	1982	CZE	Strakonice	00:27:42	00:42:16	00:54:44.9	00:25:28.1
128.	7./Z2	246	CERNA Jolana	1965	CZE	Kvilda	00:27:40	00:42:12	00:55:59.0	00:26:42.2
129.	21./Z1	326	KAŇKOVÁ Míša	1984	CZE	lipnoservis	00:27:11	00:42:13	00:56:09.3	00:26:52.5
130.	22./Z1	325	ŠTUDLAROVÁ Eva	1986	CZE	lipnoservis	00:27:28	00:42:27	00:56:09.7	00:26:52.9
131.	23./Z1	279	VESELKOVÁ Anna	1988	CZE	Katovice	00:27:43	00:43:03	00:56:29.5	00:27:12.7
132.	33./MNB	274	ZÁMEČNÍK David	1975	CZE	Brno	00:28:41	00:44:59	00:59:10.1	00:29:53.3



HOTEL PSTRUH
PENZION DRUID
PENZION NÁDRAŽÍ STOŽEC

PENZION STOŽECKÁ KAPLE
SKI KLUB VOLARY
RESTAURACE KAMENÁK

16 km

Poř.	Poř./Kat	St. č.	Jméno	Ročník	Země	Klub	8 km	13 km	Cílový čas	Zpoždění
133.	24./Z1	183	HRBKOVÁ Kateřina	1984	CZE	Netolice	00:32:46	00:50:18	01:09:41.0	00:40:24.2
	M1	181	VÍTEK Václav	1986	CZE	Nový Rychnov			DNS	
	M2	182	URMINSKÝ Miroslav radek	1949	CZE	SK MG AJUR Hradec K			DNS	
	Z1	189	FORSTOVÁ Olga	1977	CZE	České Budějovice			DNS	
	Z1	192	ŽENÍŠKOVÁ Pavla	1977	CZE	Prachatice			DNS	
	M2	201	KALINA Aleš	1965	CZE	Praha 4 Šeberov			DNS	
	Z1	202	POMPOVÁ Dominika	1986	CZE	Inlajn.cz			DNS	
	M1	204	ŠUSTEK Filip	1990	CZE	sportovníkurzy.cz			DNS	
	M1	212	NĚMEČEK Bob	1985	CZE	Inlajn.cz			DNS	
	M2	213	BERAN Ladislav	1961	CZE	volary			DNS	
	M1	217	VYMĚTALÍK Josef	1972	CZE	Hradecký spinning klub			DNS	
	M1	219	MICHALEC Libor	1974	CZE	Inlajn.cz			DNS	
	M2	220	PALOUDA Josef	1967	CZE	Kájov			DNS	
	M1	244	KREJČÍR Jan	1981	CZE	sportovníkurzy.cz			DNS	
	M1	264	ODINEC Alexander	1973	GER	Ski und Bike Deggendo			DNS	
	MNB	284	ZÁMEČNÍK David	1975	CZE	Brno			DNS	
	MNB	286	LUKEŠ Tomáš	1967	CZE	lbs-sport.cz			DNS	



oficiální přepravce

www.POLAR.cz.com
PRODEJ a SERVIS pro ČR

HOTEL PSTRUH
PENZION DRUID
PENZION NÁDRAŽÍ STOŽEC

PENZION STOŽECKÁ KAPLE
SKI KLUB VOLARY
RESTAURACE KAMENÁK