

VÝSLEDKOVÁ LISTINA

Úpická desítka - 16.ročník

(nebodovaný závod Zimní běžecké ligy)

Podmínky závodu: zataženo 2°C

Technika: běh

Úpice - městský sál

5.3.2023

Soutěžní výbor:

Ředitel závodu: Eva Tůmová

Hlavní rozhodčí: Mirko Jiránek

Tisk: 5.3.2023 19:11:05

jk Timing

www.casomira.ilire.cz

Juniorky - 2004 až 2005

Délka trati: 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	285 Z	KIRSCHOVÁ Nicol	2006 Triatlon Team Trutnov	1:00:29,1	

Přihlášeno: 1

Startovalo: 1

Dokončilo: 1

Diskvalifikace: 0

Junioři - 2004 až 2005

Délka trati: 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	4 M	SOUČEK Ondřej	2006 TJ Maratonstav Úpice	36:06,7	
2	259 M	HEJNA Alexandr	2004	42:07,6	6:00,9
3	286 M	VRÁNA Petr	2004 TJ Maratonstav Úpice	43:07,1	7:00,4

Přihlášeno: 3

Startovalo: 3

Dokončilo: 3

Diskvalifikace: 0

Ženy do 34 let - 1989 až 2003

Délka trati: 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	271 Z	VEIGERTOVÁ Gabriela	2000 Poko Run Team	36:50,5	
2	282 Z	ČERNÍKOVÁ Kateřina	1989 Cyklo Tony Náchod	43:11,5	6:21,0
3	266 Z	VÁLKOVÁ Erika	1991 Cafe Bajer	44:24,3	7:33,8
4	288 Z	HEŘMANOVÁ Alena	1990 Horní Maršov	49:53,1	13:02,6
5	84 ZP	CELBOVÁ Lucie	1992 KOLA Rtyně	55:19,1	18:28,6
6	195 ZP	MANOVÁ Kateřina	1992 Oblastní nemocnice Náchod	1:01:20,6	24:30,1

Přihlášeno: 6

Startovalo: 6

Dokončilo: 6

Diskvalifikace: 0

Ženy do 44 let - 1979 až 1988

Délka trati: 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	176 ZP	PETROVÁ Pavlína	1983 Trutnov	42:37,0	
2	292 Z	FÁBOVÁ Sylva	1979 Spinningeda Lanškroun	42:43,8	6,8
3	281 Z	PEČEK JANÁČKOVÁ Nina	1988 Cafe Bajer	43:56,0	1:19,0
4	255 Z	DUFFOVÁ Ivana	1981 TJ Maratonstav Úpice	45:27,1	2:50,1
5	228 ZP	VAŇKOVÁ Kateřina	1979 Opravna obuvi Trutnov	50:28,9	7:51,9

Přihlášeno: 5

Startovalo: 5

Dokončilo: 5

Diskvalifikace: 0

Ženy do 54 let - 1969 až 1978

Délka trati: 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	278 Z	HORAKOVÁ Jana	1971 Café Bajer	45:42,4	
2	276 Z	BRUMLICHOVÁ Romana	1976 Wikov	47:38,1	1:55,7
3	174 ZP	RUDOLFOVÁ Jana	1971 STG Trutnov	49:40,1	3:57,7
4	72 ZP	KIRSCHOVÁ Eva	1978 TRIATLON TEAM Trutnov	49:57,9	4:15,5
5	184 ZP	SVOBODOVÁ Janeta	1976 3J Batňovice	50:33,9	4:51,5

Přihlášeno: 5

Startovalo: 5

Dokončilo: 5

Diskvalifikace: 0

Ženy nad 55 let - 1968 a starší

Délka trati: 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	265 Z	MATYÁŠOVÁ Jana	1965 SILUITA s.r.o. Ústí nad Orlicí	44:00,8	
2	291 Z	JIRÁSKOVÁ Eva	1964 Maratonstav Úpice	48:13,3	4:12,5
3	280 Z	ZAVŘELOVÁ Jana	1968 Zavří Němčice	53:15,1	9:14,3
4	83 ZP	ŠEFCOVÁ Eva	1964 Rtyně v Podkrkonoší	53:46,6	9:45,8
5	257 Z	ŠLECHTOVÁ Marie	1952 TJ Sokol Jaroměř	59:19,2	15:18,4

Přihlášeno : 5

Startovalo : 5

Dokončilo : 5

Diskvalifikace : 0

Muži do 39 let - 1984 až 2003**Délka trati : 10 km**

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	98 MP	JELEN Pavel	1991 BK Náchod	31:23,5	
2	269 M	JANATA Milan	1985 Maratonstav Úpice	33:01,0	1:37,5
3	64 MP	ŠOLC Vítězslav	1991 BK Náchod	33:35,2	2:11,7
4	272 M	KRUPKA Adam	2001 Run4fun	35:23,4	3:59,9
5	179ML	NOVÁK Matěj	2000 BK Náchod	35:35,9	4:12,4
6	100MP	HABR Martin	1996 TJ SOKOL Olešnice	38:40,8	7:17,3
7	296 M	VLČEK Tomáš	1993 BSSHOP	39:31,4	8:07,9
8	180ML	NOVÁK Vojtěch	2002 Česká Skalice	39:34,3	8:10,8
9	267 M	VÁLEK Zdeněk	1990 Cafe Bajer	40:03,3	8:39,8
10	12 MP	KUBEČEK Ladislav	1991 TJ Maratonstav Úpice	40:30,7	9:07,2
11	258 M	HEJNA Ondřej	2002 TJ Maratonstav Úpice	41:41,7	10:18,2
12	268 M	LAUGENBERGER Adam	1985 Běžecký klub Náchod	42:01,3	10:37,8
13	297 M	NOVOTNÝ Tomáš	1993 STG Trutnov	44:02,2	12:38,7
14	289 M	KONVALINA Matěj	1985 www.zumako.cz	45:38,1	14:14,6
15	81 MP	BIEDERMAN Michal	1985 BK Náchod	50:16,9	18:53,4
16	95 ML	LINHART Lukáš	1998 SK Nové Město n. M.	54:10,4	22:46,9
17	162MP	KŘEPELKA Karel	1987 zdravotní klaun	54:46,9	23:23,4

Přihlášeno : 17

Startovalo : 17

Dokončilo : 17

Diskvalifikace : 0

Muži do 49 let - 1974 až 1983**Délka trati : 10 km**

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	275 M	KUDRNA Zbyněk	1980 LBC Elmtrade Racing	33:47,8	
2	164MP	HAK Tomáš	1978 Vítězná	36:45,1	2:57,3
3	62 MP	KUBÍK Ondřej	1981 TJ Maratonstav Úpice	37:38,3	3:50,5
4	158MP	VANĚK David	1974 Jen tak / Bezděkov nad Metují	39:29,1	5:41,3
5	154MP	RENSKÝ Michal	1979 Běžecký klub Náchod	39:40,2	5:52,4
6	300 M	BÁRTA Lukáš	1981 SK BP LUMEN	40:18,6	6:30,8
7	260 M	ZAJAC Leszek	1983 Swiebodzice	40:24,7	6:36,9
8	287 M	VOJTĚCH Michal	1977 Trutnov	40:39,5	6:51,7
9	166MP	NOVOTNÝ Luděk	1974 CARLA.KUPKOLO.CZ	41:00,7	7:12,9
10	284 M	HOFMAN Jan	1982 Smat wood	41:01,6	7:13,8
11	299 M	FRIEDE Jan	1977 TErova Bezděkov nad Metují	41:13,3	7:25,5
12	61 MP	KUBASA Jiří	1977 TJ Maratonstav Úpice	41:45,7	7:57,9
13	177ML	PETROV Michal	1978 Trutnov	41:47,6	7:59,8
14	229ML	ŠUPICH Martin	1977 WIKOV Hronov	41:56,2	8:08,4
15	226MP	KIRSCH Radomír	1975 Triatlon team Trutnov	43:35,3	9:47,5
16	295 M	JOHAN Marek	1978	43:43,3	9:55,5
17	264 M	VODÁK Petr	1982	44:01,8	10:14,0
18	175MP	DUCHÁČ Pavel	1979 Rtně v Podkrkonoší	44:08,7	10:20,9
19	274 M	DIVÍŠEK David	1977 INS Bike Náchod	45:10,5	11:22,7
20	94 MP	LHOTA Aleš	1978 A&A DESIGEN	45:34,2	11:46,4
21	261 M	BRYCH Oldřich	1982 Atletika Bez Bariér Pardubice, z.s.	47:44,6	13:56,8
22	277 M	FARSKÝ Jan	1976 Úpice	48:32,5	14:44,7
23	243ML	MAZURA Jan	1979 za sebe	55:18,4	21:30,6

Přihlášeno : 23

Startovalo : 23

Dokončilo : 23

Diskvalifikace : 0

Muži do 59 let - 1964 až 1973**Délka trati : 10 km**

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	270 M	COGAN Rudolf	1971 Nová Paka	36:46,0	
2	224MP	BUŘIL František	1966 Vidochov	38:02,0	1:16,0
3	499 M	LOUDA Petr	1964 AC Česká Lípa	38:43,7	1:57,7
4	92 MP	KRTIČKA Michal	1973 WIKOV Hronov	39:27,3	2:41,3
5	221MP	DOUCHA Jiří	1971 Hvězda Pardubice	41:16,3	4:30,3
5	104MP	OSOBA Martin	1965 Lokomotiva Meziměstí	41:16,3	4:30,3

7	99 MP	HABR Petr	1965	Žernov	42:11,1	5:25,1
8	283MP	ŠESTÁK Karel	1971	KASPER SWIX TEAM	42:29,1	5:43,1
9	87 MP	VONDRA Josef	1971	SK Týniště/Hvězda Pardubice z.s	43:47,9	7:01,9
10	5 MP	VAŠÍČEK Martin	1971	TJ Maratonstav Úpice	44:52,3	8:06,3
11	256 M	JEZBERA Roman	1970	Sám za sebe	45:29,6	8:43,6
12	181ML	NOVÁK Jiří	1969	Běžci Česká Skalice	47:11,8	10:25,8
13	178MP	JEŽEK Radek	1973	KK Vršovka	47:43,6	10:57,6
14	404MP	KULDA Jan	1973	SOKOL Olešnice	49:41,0	12:55,0
15	293 M	KRAUS Václav	1964	Cyklokraus Přelouč	49:52,6	13:06,6
16	71 ML	BLAŽEK Martin	1971	ACS Rýchory	52:05,0	15:19,0
17	163MP	POLÁČEK Jan	1968	Náchod	1:00:04,2	23:18,2

Přihlášeno : 17

Startovalo : 17

Dokončilo : 17

Diskvalifikace : 0

Muži do 69 let - 1954 až 1963

Délka trati : 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník	TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	93 MP	VACARDA Vladimír	1959	Eleven Run Team/AC Slovan Liberec	42:40,9	
2	91 ML	LEPLT Jiří	1961	Pivovar Miletín	48:53,6	6:12,7
3	63 MP	ŠOLC Vítězslav	1957	BKL Machov	49:08,9	6:28,0
4	66 MP	ŠRŮTEK Stanislav	1958	TJ Maratonstav Úpice	49:55,4	7:14,5
5	105ML	KRAJČ Zdeněk	1954	sám za sebe	55:17,4	12:36,5
6	262 M	MATĚJČEK Luboš	1962	HOVRCH	55:31,5	12:50,6
7	294 M	SEDLÁK Jiří	1958	Přelouč	56:51,0	14:10,1
8	263 M	PETRŽÍLEK Zdeněk	1955	KRB Chrudim	58:59,5	16:18,6
9	279 M	BAJER Miloslav	1955	Cafe Bajer	1:00:47,4	18:06,5

Přihlášeno : 9

Startovalo : 9

Dokončilo : 9

Diskvalifikace : 0

Muži nad 70 let - 1953 a starší

Délka trati : 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník	TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	153MP	PECHEK František	1953	TJ Maratonstav Úpice	47:12,4	
2	273MP	KRUPIČKA Miroslav	1953	Jiskra Ústí nad Orlicí	47:20,3	7,9
3	79 MP	JAVŮREK Jiří	1948	TJ Maratonstav Úpice	50:00,6	2:48,2
4	67 MP	ŠMÍDA Oldřich	1948	TJ Maratonstav Úpice	50:07,9	2:55,5
5	167MP	TREJBAL Karel	1951	SKP Mladá Boleslav	1:02:51,0	15:38,6
6	290 M	VÍT Čestmír	1945	Liga 100	1:11:35,9	24:23,5

Přihlášeno : 6

Startovalo : 6

Dokončilo : 6

Diskvalifikace : 0

Muži absolutně - 2007 a starší

Délka trati : 10 km

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník	TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	98 MP	JELÉN Pavel	1991	BK Náchod	31:23,5	
2	269 M	JANATA Milan	1985	Maratonstav Úpice	33:01,0	1:37,5
3	64 MP	ŠOLC Vítězslav	1991	BK Náchod	33:35,2	2:11,7
4	275 M	KUDRNA Zbyněk	1980	LBC Elmtrade Racing	33:47,8	2:24,3
5	272 M	KRUPKA Adam	2001	Run4fun	35:23,4	3:59,9
6	179ML	NOVÁK Matěj	2000	BK Náchod	35:35,9	4:12,4
7	4 M	SOUČEK Ondřej	2006	TJ Maratonstav Úpice	36:06,7	4:43,2
8	164MP	HAK Tomáš	1978	Vítězná	36:45,1	5:21,6
9	270 M	COGAN Rudolf	1971	Nová Paka	36:46,0	5:22,5
10	62 MP	KUBÍK Ondřej	1981	TJ Maratonstav Úpice	37:38,3	6:14,8
11	224MP	BUŘIL František	1966	Vidochov	38:02,0	6:38,5
12	100MP	HABR Martin	1996	TJ SOKOL Olešnice	38:40,8	7:17,3
13	499 M	LOUDA Petr	1964	AC Česká Lípa	38:43,7	7:20,2
14	92 MP	KRTIČKA Michal	1973	WIKOV Hronov	39:27,3	8:03,8
15	158MP	VANĚK David	1974	Jen tak / Bezděkov nad Metují	39:29,1	8:05,6
16	296 M	VLČEK Tomáš	1993	BSSHOP	39:31,4	8:07,9
17	180ML	NOVÁK Vojtěch	2002	Česká Skalice	39:34,3	8:10,8
18	154MP	RENSKÝ Michal	1979	Běžecký klub Náchod	39:40,2	8:16,7
19	267 M	VÁLEK Zdeněk	1990	Cafe Bajer	40:03,3	8:39,8
20	300 M	BÁRTA Lukáš	1981	SK BP LUMEN	40:18,6	8:55,1

Tisk : 5.3.2023 19:11:05

21	260 M	ZAJAC Leszek	1983 Swiebodzice	40:24,7	9:01,2
22	12 MP	KUBEČEK Ladislav	1991 TJ Maratonstav Úpice	40:30,7	9:07,2
23	287 M	VOJTĚCH Michal	1977 Trutnov	40:39,5	9:16,0
24	166MP	NOVOTNÝ Luděk	1974 CARLA.KUPKOLO.CZ	41:00,7	9:37,2
25	284 M	HOFMAN Jan	1982 Smat wood	41:01,6	9:38,1
26	299 M	FRIEDE Jan	1977 TErova Bezděkov nad Metují	41:13,3	9:49,8
27	221MP	DOUCHA Jiří	1971 Hvězda Pardubice	41:16,3	9:52,8
27	104MP	OSOBA Martin	1965 Lokomotiva Meziměstí	41:16,3	9:52,8
29	258 M	HEJNA Ondřej	2002 TJ Maratonstav Úpice	41:41,7	10:18,2
30	61 MP	KUBASA Jiří	1977 TJ Maratonstav Úpice	41:45,7	10:22,2
31	177ML	PETROV Michal	1978 Trutnov	41:47,6	10:24,1
32	229ML	ŠUPICH Martin	1977 WIKOV Hronov	41:56,2	10:32,7
33	268 M	LAUGENBERGER Adam	1985 Běžecký klub Náchod	42:01,3	10:37,8
34	259 M	HEJNA Alexandr	2004	42:07,6	10:44,1
35	99 MP	HABR Petr	1965 Žernov	42:11,1	10:47,6
36	283MP	ŠESTÁK Karel	1971 KASPER SWIX TEAM	42:29,1	11:05,6
37	93 MP	VACARDA Vladimír	1959 Eleven Run Team/AC Slovan Liberec	42:40,9	11:17,4
38	286 M	VRÁNA Petr	2004 TJ Maratonstav Úpice	43:07,1	11:43,6
39	226MP	KIRSCH Radomír	1975 Triatlon team Trutnov	43:35,3	12:11,8
40	295 M	JOHAN Marek	1978	43:43,3	12:19,8
41	87 MP	VONDRA Josef	1971 SK Týniště/Hvězda Pardubice z.s	43:47,9	12:24,4
42	264 M	VODÁK Petr	1982	44:01,8	12:38,3
43	297 M	NOVOTNÝ Tomáš	1993 STG Trutnov	44:02,2	12:38,7
44	175MP	DUCHÁČ Pavel	1979 Rtyně v Podkrkonoší	44:08,7	12:45,2
45	5 MP	VAŠÍČEK Martin	1971 TJ Maratonstav Úpice	44:52,3	13:28,8
46	274 M	DIVÍŠEK David	1977 INS Bike Náchod	45:10,5	13:47,0
47	256 M	JEZBERA Roman	1970 Sám za sebe	45:29,6	14:06,1
48	94 MP	LHOTA Aleš	1978 A&A DESIGEN	45:34,2	14:10,7
49	289 M	KONVALINA Matěj	1985 www.zumako.cz	45:38,1	14:14,6
50	181ML	NOVÁK Jiří	1969 Běžci Česká Skalice	47:11,8	15:48,3
51	153MP	PECHEK František	1953 TJ Maratonstav Úpice	47:12,4	15:48,9
52	273MP	KRUPÍČKA Miroslav	1953 Jiskra Ústí nad Orlicí	47:20,3	15:56,8
53	178MP	JEŽEK Radek	1973 KK Vršovka	47:43,6	16:20,1
54	261 M	BRYCH Oldřich	1982 Atletika Bez Bariér Pardubice, z.s.	47:44,6	16:21,1
55	277 M	FARSKÝ Jan	1976 Úpice	48:32,5	17:09,0
56	91 ML	LEPLT Jiří	1961 Pivovar Miletín	48:53,6	17:30,1
57	63 MP	ŠOLC Vítězslav	1957 BKL Machov	49:08,9	17:45,4
58	404MP	KULDA Jan	1973 SOKOL Olešnice	49:41,0	18:17,5
59	293 M	KRAUS Václav	1964 Cyklokraus Přelouč	49:52,6	18:29,1
60	66 MP	ŠRŮTEK Stanislav	1958 TJ Maratonstav Úpice	49:55,4	18:31,9
61	79 MP	JAVŮREK Jiří	1948 TJ Maratonstav Úpice	50:00,6	18:37,1
62	67 MP	ŠMÍDA Oldřich	1948 TJ Maratonstav Úpice	50:07,9	18:44,4
63	81 MP	BIEDERMAN Michal	1985 BK Náchod	50:16,9	18:53,4
64	71 ML	BLAŽEK Martin	1971 ACS Rýchory	52:05,0	20:41,5
65	95 ML	LINHART Lukáš	1998 SK Nové Město n. M.	54:10,4	22:46,9
66	162MP	KŘEPELKA Karel	1987 zdravotní klaun	54:46,9	23:23,4
67	105ML	KRAJČ Zdeněk	1954 sám za sebe	55:17,4	23:53,9
68	243ML	MAZURA Jan	1979 za sebe	55:18,4	23:54,9
69	262 M	MATĚJÍČEK Luboš	1962 HOVRCH	55:31,5	24:08,0
70	294 M	SEDLÁK Jiří	1958 Přelouč	56:51,0	25:27,5
71	263 M	PETRŽÍLEK Zdeněk	1955 KRB Chrudim	58:59,5	27:36,0
72	163MP	POLÁČEK Jan	1968 Náchod	1:00:04,2	28:40,7
73	279 M	BAJER Miloslav	1955 Café Bajer	1:00:47,4	29:23,9
74	167MP	TREJBAL Karel	1951 SKP Mladá Boleslav	1:02:51,0	31:27,5
75	290 M	VÍT Čestmír	1945 Liga 100	1:11:35,9	40:12,4

Přihlášeno : 75

Startovalo : 75

Dokončilo : 75

Diskvalifikace : 0

Ženy absolutně - 2007 a starší**Délka trati : 10 km**

Poř.	St.č.	Příjmení/Jméno	Ročník TJ/Oddíl	Čas	Odstup
1	271 Z	VEIGERTO VÁ Gabriela	2000 Poko Run Team	36:50,5	
2	176 ZP	PETROVO VÁ Pavlína	1983 Trutnov	42:37,0	5:46,5
3	292 Z	FÁBO VÁ Sylva	1979 Spinningeda Lanškroun	42:43,8	5:53,3
4	282 Z	ČERNÍKOVÁ Kateřina	1989 Cyklo Tony Náchod	43:11,5	6:21,0
5	281 Z	PEČEK JANÁČKOVÁ Nina	1988 Cafe Bajer	43:56,0	7:05,5
6	265 Z	MATYÁŠOVÁ Jana	1965 SILUITA s.r.o. Ústí nad Orlicí	44:00,8	7:10,3
7	266 Z	VÁLKOVÁ Erika	1991 Cafe Bajer	44:24,3	7:33,8
8	255 Z	DUFFOVÁ Ivana	1981 TJ Maratonstav Úpice	45:27,1	8:36,6
9	278 Z	HORAKOVÁ Jana	1971 Café Bajer	45:42,4	8:51,9
10	276 Z	BRUMLICHO VÁ Romana	1976 Wikov	47:38,1	10:47,6
11	291 Z	JIRÁSKOVÁ Eva	1964 Maratonstav Úpice	48:13,3	11:22,8
12	174 ZP	RUDOLFO VÁ Jana	1971 STG Trutnov	49:40,1	12:49,6
13	288 Z	HEŘMANOVÁ Alena	1990 Horní Maršov	49:53,1	13:02,6
14	72 ZP	KIRSCHO VÁ Eva	1978 TRIATLON TEAM Trutnov	49:57,9	13:07,4
15	228 ZP	VAŇKOVÁ Kateřina	1979 Opravna obuvi Trutnov	50:28,9	13:38,4
16	184 ZP	SVOBODO VÁ Janeta	1976 3J Batňovice	50:33,9	13:43,4
17	280 Z	ZAVŘELO VÁ Jana	1968 Zavří Němčice	53:15,1	16:24,6
18	83 ZP	ŠEFCOVÁ Eva	1964 Rtyně v Podkrkonoší	53:46,6	16:56,1
19	84 ZP	CELBO VÁ Lucie	1992 KOLA Rtyně	55:19,1	18:28,6
20	257 Z	ŠLECHTO VÁ Marie	1952 TJ Sokol Jaroměř	59:19,2	22:28,7
21	285 Z	KIRSCHO VÁ Nicol	2006 Triatlon Team Trutnov	1:00:29,1	23:38,6
22	195 ZP	MANOVÁ Kateřina	1992 Oblastní nemocnice Náchod	1:01:20,6	24:30,1

Přihlášeno : 22

Startovalo : 22

Dokončilo : 22

Diskvalifikace : 0

V závodě celkem :

Přihlášeno : 97

Startovalo : 97

Dokončilo : 97

Diskvalifikace : 0

Eva Tůmová

Ředitel závodu