

MARIE ŠOBÁŇOVÁ

Ročník: 1979
Kategorie: K29

Trenér: Josef Mužíček
Povolání: obchodní zástupce

Loňské pořadí v ČP: 5.místo v K29

Loňský nejlepší výsledek v triatlonu: Jablonecký sprinttriatlon 2007 - 4. místo v K29

Jsi jednou z mála pracujících triatlonistek v oddíle - jakou máš práci?

Pracuji v biopharmaceutické společnosti, na pozici obchodního zástupce.

Jak jsi na tom s morálkou po práci? Máš vždy chuť sportovat nebo je to občas se sebezapřením...?

Sportem si čistím hlavu a sportuji hlavně pro radost a dobrý pocit. Takže se na sportování, až na výjimky, vždy těším a užívám si ho.

Kdy a kde si s triatlonem začala?

Svůj první triatlon jsem zkusila v září v roce 2001. A od té doby mě to baví.

Co se ti vybaví, když se řekne triatlon? Co se ti na něm líbí?

Triatlon rovná se pro mě životní styl. Lidé, přátelé kolem triatlonu, kteří jsou velmi cílevědomí, poctiví, což je dnes vzácnost. Líbí se mi celkově atmosféra tohoto sportu.

Kolik tréninkových dávek týdně zvládneš? Jak vypadá tvůj typický týdenní tréninkový plán?

Když se daří stihnu 3x plavání. (60min), 1-3x běh (45min-60min), 1-2x kolo (2-3h). A když je moc práce tak asi půlku tohoto.

Máš trenéra nebo se koučuješ sama?

Za svého trenéra považuji Pepu Mužíčka, kterého si velmi vážím za to co pro triatlon a sportující, nejen mládež, dělá. Pomáhá mi a radí mi, když se vidíme. Ale běh a kolo trénuji sama podle chuti a možností.

Na jaký svůj sportovní i "nesportovní" úspěch jsi pyšná?

Pyšná snad asi ne, ale jsem šťastná, že mohu sportovat a dokonce i závodit. I přes složité zdravotní komplikace.

Na jakém kole jezdíš?

Silniční kolo jsem do teď měla jen obyčejné no name, nyní budu mít lepší. Horské mám Ravo.

Jaké materiální zabezpečení pro triatlon potřebuješ?

Nejsem vůbec náročná, takže běžné pro triatlon nutné věci.

Jaké máš plány pro letošní sezónu?

Plány si nedělám, protože mi nevychází. Ale budu se snažit odjet ještě 3 závody ČP (Mělník, Nymburk, Sokolov). A možná 1-2 xterry a nějaký pouťáček.

Co tě na triatlonu baví a co tě naopak odrazuje? Třeba i na závodech ČP.

Baví mě na triatlonu všestranost pohybu a dobrý pocit ze zvládnutí závodu. Odrazuje mě start a kolo....a na závodech ČP nemám ráda, když není uzavřená cyklistika, což už snad nebývá.

Máš raději pouťáky nebo závody ČP?

Mám ráda oboje. Někdy dobře organizovaný pouťáček, je pro mě hezčí než ČP.



Věnuješ se i nějakým doplňkovým sportům - MTB, brusle, ...?

Kolo jezdím převážně MTB považuji to za bezpečnější. V zimě běžky. Jiné věci nestíhám.



Jak trénuješ cyklistiku? Máš možnost trénovat ve skupině nebo jezdíš sama?

Cyklistiku vlastně moc netrénuji, když už jedu na kolo užívám si přírodu a pohyb.

Láká tě ironman?

Ano, chystám se na něj až odrodím nějaké ty děti.

Jaký je tvůj oblíbený tréninkový motiv a který naopak nesnášíš?

V plavání mám ráda 20x 50mK, běh 6-7km souvisle. Nesnáším běh např. 5x1km.

Jak vypadá tvé rano před závodem v triatlonu. Co snídáš, jak se rozcvičuješ, ... Studuješ

podrobně trať?

Snídám většinou nějaké vložky. Mám svou sestavu na protahování. Trať raději příliš nestuduji jen ta základní fakta.

Který TT závod v ČR hodnotíš jako tvůj nejoblíbenější?

MD triathlon (Chomutov, Prunéřov)

Jak jsi na tom s rodiným zázemím? Plánuješ rodinu, nebo si užíváš svobody?

Rodinu plánuji, ale až bude příznivá hvězdná konstalace. Zatím se učím vychutnávat svobodu.

Koho se budeme ptát příště?

Navrhuji Pavla Gilara.