

Jak se stát z amatéra profíkem

Jak k tomu došlo...

Mám pár svých ročních předsevzetí a cílů. Mezi ty zajímavé patří být v první dvacítky na plaveckém mistráku, zvýšení platu :-)) a zjet alespoň jednoho triatlonu. Třetím rokem žiji a pracuji v Pardubicích, kde jsem objevil závod pro hobíky - Amatérský triatlon na Konopáči, který je dokonce Mistrovstvím republiky v triatlonu pro neregistrované, tedy hobíky.



Předloni jsem si v přípravné fázi na závod zvrtnul kotník, vloni dostala přednost dovolená u moře, ale letos to už vypadalo nadějně. Dovolenu jsem odsunul na půlku srpna, běhal jsem dost opatrně a většinou na trenažeru, jenže chybička se vloudila. Klub mi po 3 letech co jsem měl licenci pouze rozhodcovskou, pořídil pro letošní rok licenci závodní... Takže sbohem Konopáči...

Se závodní licencí v ruce stouplo mé sebevědomí a já si uvědomil, že pouťák letos prostě jet nemůžu a že zkusím metu nejvyšší – český pohár v triatlonu. S vidinou, že můžu po dlouhých třech letech opět získat body do ČP jsem zasedl k PC a vybíral závod, který splní 2 základní požadavky – nebudu na něm pískat a poběží se po měkkém. A ono nebylo na výběr – jen Nymburk 2.8.08.

Co tomu předcházelo...

Po vyplnění online přihlášky jsem zjistil, že bratr a tatka jsou již přihlášení a že z toho bude rodinná záležitost. A hlavně jsem zjistil, že cíl je jasný – nesmí mě porazit táta. Ikdyž by to nebylo poprvé.. :-)) 11. července jsem si splnil první cíl a na 50m prsa za 32,27 skončil 18. na letním mistráku na Podolí. Čas nic moc, ale kvůli bolesti ramene, která mě v té době trápila už 6 týdnů, jsem nemohl pořádně trénovat nic kromě kraula, takže s časem spokojenost. Přípravu jsem absolvoval s Jirkou Jedličkou, jemuž patří velký dík za zvýšení mé motivace a jeho tatíkoví děkuji za cenné rady v technice prsou – snad je ještě využiji. Byl tu se mnou i brašule, zvládl 50VZ 18. nejlepším časem a nenechal se diskvalifikovat za předčasný odskok jako vloni :-)) Dobrý pocit, že máme oba stejná umístění mi vzal hned následujícím startem na 400VZ, kde skončil 17.

Týden po mistráku jsem se věnoval hlavně kolu a běhu, do vody jsem se dostal až po 10 dnech a započal rovnou ladící fází před Nymburkem – zbývalo 12 dní. Změnit trénink z 50P na 750VZ je celkem legrace. Až po třetím tréninku tělo (nebo spíše hlava) pochopilo, že se po něm chce výkon delší než 32 vteřin. Měním sparinga Jirku za sparinga Přemu Švarce, výborného to triatlonistu. V posledním týdnu mám zmatek v tom, co mám jít po práci vlastně trénovat, plavání je jasné, ale nemohu se rozhodnout mezi kolem a během a tak to trvá až do sobotního závodu... V duchu si říká, jak se s tím mohou triatlonisté vyrovnat, když trénují 3 sporty najednou.

Tři dny před závodem mi půjčuje své kolo Milan Dudek (nevlastním silničku) a tak si jí hned odpoledne vyrazím vyzkoušet. Po 20km zjišťuji, že mě to začíná bavit a lituji všech mých hloupých řečí na téma, proč je pro mě horák lepší... Ve čtvrtek ještě pro jistotu volám bráchovi, co je zvyklý dělat 2 dny před závodem, abych náhodou netrénoval moc nebo málo. Prostě jsem začal mít trému... V pátek večer jsem se ještě účastním oslavy narozenin, ale s pocitem jakéjsem zodpovědný profík odcházím po třetím pivu domů, balím věci a jdu spát.

Závod...

Přicházím k prezentaci. Půlka lidí co jsem potkal se diví, že jdu závodit a ne pískat. Po roce mám na sobě zase fixou napsané číslo :-)) 153. Voda 23,8°C. Pohoda, říkám si. Jdu se rozplavat, rameno drží, i když to není úplně ideální. Podle plánu stíhám oběd (tímto děkuji Máce za výborné těstoviny), rozjetí



na kole a krátké rozklusání. Začínám si uvědomovat, že jsem se již tradičně nevěnoval tomu, co mě čeká v depu.

Na přejímku dorážím s předstihem, zapomněl jsem se podívat, kdy začíná a stoupám si do fronty a štvou mě rozhodčí co se cpou jídlem :-). V depu marně hledám své číslo, pořadatelé omylem vynechali 10 čísel a trefili se zrovna do mého. Kolo tedy věším na jiné číslo a rozmisťuji triatlonové příslušenství – tretry, helma, slun.brýle, ručník, číslo na běh, ponožky (chtěl jsem je tentokrát vynechat, ale zjistil jsem, že bez nich se do treter ani běž.bot nedostanu) a šátek. Jdu si na sebe obléci černou kombinézu s nápisem Mužiček CZE, kterou mi opět půjčil brašule. Jdu na start plavání. Je nás tu opravdu dost – 92 chlapů a 30 žen. Na loňské Mělice to sice nemá, tam nás bylo 150, ale já vím, že kvantita je nahrazena kvalitou.. :-(Zbývá ještě 10 minut a já se jdu z nudy a trochu i z nervozity rozplavat. Ten nápis CZE na břiše je hrozný, jen vlezu do vody, už mě někdo fotí... Přemýšlím, kam si dneska stoupnu na startu. Pokud jsem zatím stál na kraji a vyhnul se tak větším soubojům. V duchu si říkám, že je na čase si zkusit správný a drsnější triatlon a s vědomím, že to bude bolet, si stoupám doprostřed startovního pole.



“Minuta do startu”. Hlavou mi probíhá myšlenka, že budu muset zamakat, abych aspoň trochu uplaval. Rukou si hlídám startovní mlíko, které nás dělí od vody. “Výstřel!” Vbíhám do vody, snažím se běžet co nejdál, ale moc to nejde :-). Začal jsem zostra, ale to ostatní taky... Pořád mi někdo buší do nohou, občas chytím úder loktem. Plavu přesně uprostřed a přede mnou nikdo. Na levé straně se tvoří had a já si libuji, že není daleko ode mne. Dýchal jsem na 2 tempa s nádechem nalevo. Po asi 200m začínám dýchat na obě strany a z hrůzou zjišťuji, že ti lepší plavci byly napravo... Ztrácím celkem dost a tak přidávám na tempo.

Na rozpravě bylo řečeno, že všechny bojky obeplaváváme zprava. S vědomím tohoto omezení a toho, že mám po pravé i po levé straně soupeře, plavu rovně a nekoukám před sebe. Bojka! Asi metr široká bojka před ostrůvkem mě přerušila v mém snažení. Šlapu vodu a koukám, co je špatně a jak ji obeplavávají ti vpravo, ale ti si tím hlavu nelámou.. Obeplaval jsem ji správně a bojuji dál. Chytil jsem ránu loktem zleva a tak trochu uhýbám doprava. To už plaveme kolem ostrůvku asi metr od břehu. Borci přede mnou se nějak divně hýbali, ale plavu dál. Už vím proč. Kořen asi 10cm pod hladinou se mi zapíchl do břicha... Naštěstí jsem neplaval tak rychle :-). Skáču přes něj a plavu dál. Síla mám dost, ale neustále souboje s ostatními mě unavují. Vzpomněl jsem si na rozhovor s Pavlem Šimkem na téma “Ve vodě musíš být svině” a snažím se přizpůsobit. Prostor pro plavání se mi o něco zvětšil... Sem zadýchanejší, ztuhlejší a vím, že mě čeká běh do depa :-). Z vody vylézám na 23. místě se ztrátou 35s na vítěze – Pája uhájil svoji čest před Pavlem Patákem. Snažím se o běh, ale moc se mi nechce. Tradiční procedura a tradičně se moc nedaří – navlékání ponožek... Beru tretry, brýle a přilbu a běžím s kolem z depa. Přemýšlím, jestli jsem na něco nezapomněl :-).

Sedám na kolo a snažím se jet tak, abych se nezničil hned na začátku. Pořád mě někdo předjíždí.. Brzy chápou, že budu muset trochu zabrat, jinak to odjedu sám a ne ve skupině v háku. Předjíždí mě 2 borci a já zrychluji, bolelo to, ale visím v háku :-). Najednou nás ale předjíždí další dva borci a ti přede mnou se jich snaží chytit, znovu přidávám a cítím, jak se to mému tělu nelíbí. Začalo se střídat. Na špici jsem vydržel asi 5s a použít



dalšího. Jsem ale úplně hotovej a borec přede mnou už nevystřídá, takže jedu sám proti větru :-(Ztrácím kontakt, zkouším to dojet ve stoje, ale cítím, že mě začíná pálit na hrudi. Kašlu na to, počkám si na další :-). Jenže další balík nikde. Na kole se jely 2 okruhy tam a zpět. Těsně před první obrátkou, tedy na 5.km mě dojíždí skupinka asi 12 cyklistů. Slyším Míšu Lukešovou – "Můžo pojeď". Super říkám si, ženský startovaly minutu po nás a už mě mají. Tentokrát sem si už skupinku ujet nenechal. Přichází obrátka a hromadný spurt se snahou někoho urvat. Výsledkem je pouze to, že jsme se všichni unavili a jedeme opět pohromadě. Ohlížím se kolem sebe a zjišťuji, že jsem v balíku s prvními pěti ženami a zbytek chlapů.

Koukám kolem sebe a zjišťuji, že mi tenhle pohled přijde povědomý.. Po chvíli mi dochází, že když pískám, tak většinou jedu na motorce s prvníma babama. Už vím, odkud vítr vane :-). Takže vlastně žádná změna, jen nemůžu pokecat s motorkářem a nemusím prudit baby, že se to motají moc blízko pánů tvorstva. Je tu s námi i kolegyně z oddílu Jitka Šimáková, to je dobře, nenechala si holky odplavat.

Moc se nespolečně pracovalo, ale v takto velké skupině to snad ani nešlo, já sem se dlouho rozkoukával, nejsem na pohyb v balíku zvyklý. Tempo se stále měnilo, občas někdo nastoupil v domněnku, že ujede, ale byl hned dojet a tak zpomalil a my za ním museli brzdit. Párkrát sem se modlil, aby to do mě nikdo zezadu nenarval... Po poslední obrátce jsem se ocitl na druhém místě a chvíli na to jsem táhl balík :-). Příjemný pocit, ale jen asi minutu :-). Vystřídá jsem, ale nikdo se dopředu nehrnul, a tak jsem si chvíli počkal, než jsem se zařadil do první mezery. Jedu vedle Jítí, jen tak prohodím: "Po tomhle mám jako běžet?" Jítí jen: "Ty vole..." :-). Přijezd do depa. Zastavuji. Věším kolo na stojan a zjišťuji, že je pořádný vedro. Zatímco měním obutí, slyším, jak se vyprazdňuje depo a jak v něm zůstávám sám...



Slyším příjezd dalšího cyklistického balíku a v duchu si říkám, že to depo musím do příště už opravdu natrénovat... Beru si Enervit tabletu a konečně vybíhám. Řekl sem si, že první kilák dám na pohodu a pak pujdu své natrénované tempo 4:30. Pořád mam ještě za cíl porazit tátu. Běh byl 2,5km na otočku a zpět. První kilák byl podél rybníka a samej výmol. Zjišťuju, že mě to strašně ser... Co krok to dopad v jiné výšce. Navíc mě začíná píchat v boku a na to sem netrénoval :-(Po prvním utrápeném kilometru si uvědomuji, že cíl letošního triatlonu byl, že MUSÍ být vidět, že se mi to líbí.

Snažím se usmívat, ale moc to nejde. Míjím chlapíky v monterkách, kteří se mě ptají, jestli nevím kolik je hodin. Snažím se je ignorovat. Pomalu mi začíná být jedno, jestli mě tatík dožene. Proti běží dorostenci, kteří startovali 10 minut před námi. Mám mezi nima i své dva koně, tak jsem si řekl, že budu povzbuzovat. Běží Kuba, tak řvu "Kubo, hezky!". Nestačím se divit, co se mnou tyhle dvě slova udělaly. Píchá mě ještě víc a úplně se mi rozhodilo tempo. Běží Roman, já se jen usmívám :-). Přijde mi to nekonečný, snažím si představit 2,5km v pardubickém lese a říkám si, že to snad popletli a natáhli.. Míjím první chlapce. Tomu říkám běh :-). Za chvíli vyklusává bratr. Snažím se zamávat, ale vypadá hůř než já... Konečně obrátka. Nervózně sleduju, kdo běží za mnou a v jakém odstupu. Míjím Káču Dudkovou, moc se nesměje. Jablonecký Petr Jandera. Tuším, že brzy poběží tatíka. Je to tu! Přemýšlím, jakou může mít ztrátu. Předbíhá mě další baba, zkouším přidat a držet se ji. Nebyl to dobrý nápad. Vracím se ke svému původnímu tempu a snažím si představit cílovou rovinku a tím zvýšit motivaci.

Je to tu. V cílové rovině mě ještě předbíhá nějaký borec. Jdu do toho, říkám si a zvyšuji tempo s vědomím, že to bude hezký finiš. Po 20 metrech si říkám, že raději doběhnu sám, aby měli fotografové prostor pro pořádnou fotku. Plácám si s přítelem sestřenky a vbíhám do cíle. Mám to za

sebou! Pusa přítelkyni a rychle k občerstvení. Koukám na čas a zjišťuji, že jsem šel nejrychlejší triatlon za posledních pár let – 1h04. Absolvuji čestné kolečko mezi soupeři a vyměňujeme si zážitky. Brašule doběhl v první dvacítkce, ale spokojenost není, neběželo mu to. Jíťa doběhla třetí s malou ztrátou na Janu Jirouškovou a Vendulu Trnkovou. Gratulace, zase bedna... V kategorii do 23 let je první. Táta zase vyhrál kategorii nad 50 let! Hledám tátu, abych mu podal ruku a užil si "pocit vítězství". Jdu do depa pro kolo, abych ho vrátil majiteli. Beru věci a kolo, podlézám mlíko kolem depa a směřuju to pryč. "Tudy nesmíte, musíte východem z depa", křičí na mě pořadatel a já si uvědomuju, že podobným způsobem křičím na závodech i já. Konečně chápou, proč to ty lidi dělají – prostě nepřemýšlí... Vracím kolo, děkuji majiteli a prosím ho, aby to kolo do příště naučil jezdit ve druhém balíku :-)

Závěr..

Skončil jsem 55. celkově, 12. v kategorii do 30 let. Cítím spokojenost, ale štvě mě, jak mi dala každá z disciplín zabrat. Před závodem jsem si říkal, že s kondicí jsem na tom dobře (testoval jsem ji mimo jiné výběhy do 14. patra u nás v paneláku), ale triatlon je prostě dřina. Pocit ze závodu daleko předčí pocit z odpískaného závodu. Opět přemýšlím, že s pískáním skončím... Letos už mě čekají jen 2 štafety, kde jen poplavu. A asi si dám i nějaký ten bikový závod. Kdo nezajel triatlon, neví co je dřina. Obdivuji borce, co zvládají železňáka nebo alespoň olympijský triatlon v závodním tempu. Cíl pro příští rok – chci zkusit závod, kde je náročnější cyklistika – v duchu přemýšlím o Jablonci, tak uvidíme... Dva letošní cíle bych měl, tak teď už jen ten plat :-)

Petr Mužíček 6.8.2008

