

## VOJTĚCH ROTA

Ročník: 1988  
Kategorie: K23

Trenér: David Janata  
Povolání: student

Loňské pořadí v ČP: 25.místo v juniorech  
Nejlepší loňský výsledek v triatlonu: ČP Jablonec - 12. místo junioři

***V jaké životní fázi se právě nacházíš? Prý máš po maturitě? Jak to dopadlo?***

Maturitu mám úspěšně za sebou a teď se intenzivně připravuji na zkoušky na vysokou.

***Letos o tobě nebylo v TT zatím slyšet, je to kvůli škole, nebo si dopřáváš odpočinku od sportu?***

Tuto sezonu mě zkomplikovalo poměrně vážné zranění, které mě vyřadilo z trénování na půl roku. Bohužel se to vleče a mám jít ještě na pár zákroků, takže si asi zazavodím možná na nějakém pouťáku na konci srpna.

***Co máš v plánu dál? VŠ? Práce? ;-)*** Počítáš, s triatlonem do budoucna?

Určitě bych chtěl s triatlonem pokračovat i na vysoké škole, ale vše záleží kam se dostanu a jak to bude se školou vůbec. Zatím sem se ještě nikam nedostal, tak to neřeším.

***Máš přítelkyni sportovkyni nebo "normální" holku?***

Teď zrovna žádnou přítelkyni nemám. Ale jinak určitě sportovkyni, která je zároveň normální holkou:-)



***Jakého výsledku v triatlonu si nejvíc ceníš?***

Spíš než výsledku si cením toho, že se ještě dokážu slušně umístit na pohárových závodech a občas vyjet i první výkonnostní třídu.

***Jak jsi na tom s trénováním? Máš trenera nebo trénuješ podle sebe?***

Trénuje mě David Janata a jsem maximálně spokojený. Trénink přizpůsobujeme mým časovým možnostem. Běh vylepšuji s atlety pod panem Truksou.

***Jaké máš plány pro letošní sezonu a jak jsi na tom s formou?***

Dát se do kupy a skloubit trénink s novou školou. Forma je zatím velmi slabá:-)

***V čem vidíš velké rezervy a co se ti podařilo v zimní přípravě zlepšit? Kterou disciplínu máš nejradši?***

Největší rezervy mám na kole, protože není moc času na něm trénovat:-) Jinak nejradši mám určitě běh. Plavání je pro mě po 13 letech už takové stereotypní.

***Na jakém kole jezdíš. Máš nějaké sponzory?***

Merida 905, jsem s ním naprosto spokojený. Na kolo a neopren a jiné věci sem si vydělával přes léto, jinak mě sponzoruje tatka.

***Co tě láká na triatlonu a co tě naopak odrazuje? Dalo by se na závodech ČP něco vylepšit?***

Na triatlonu je super, že to není jednostranně zaměřený sport, když má člověk dost vody, jde si zaběhat nebo se projet na kole a do vody se mu mezitím vrátí chuť. Závody ČP mě vyhovují. Zatím sem jinde nebyl, tak nemohu srovnávat.

***Na kterých závodech tě letos uvidíme?***

Asi až v Mělicích na konci srpna.

***Jak jsi na tom s výživou? Co musíš dodat tělu prozvládnutí triatlonu?***

Maminčina domácí kuchyně a školní jídelna, jenom v trochu větších dávkách:-) Jinak to moc neřeším, před závodem těstoviny atd... klasika.



***Jaké máš oblíbené tréninkové motivy? A máš nějaké motivy, kterými testuješ formu?***

Toho je docela dost:-) Jednou týdně trénuji s atlety z Jablonce v rychlejším tempu. Tréninky s nimi mě baví všeobecně, je to příjemná změna oproti stereotypu v bazéně. Pak určitě přes zimu trénování objemů a běžky. Na kole mam rád delší trasy v pohodovém tempu a ve více lidech. Formu testuji klasicky: 3000m běh a 400m v bazéně.

***Láká tě Ironman nebo alespoň halfironman?***

Tak o tom sem zatím ještě nepřemýšlel, mě teď spíš zajímá jak vůbec zvládnou klasický olympijský triatlon, nejel sem totiž ještě ani jeden na těchto distancích.

***Dost často se účastníš plaveckých závodů, co plaveš a jak ti to jde? :-)***

Plavu všechny krauly od 200m a výš. Jde mi to vždy tak, že se umístím do první poloviny startovního pole.

***Koho budeme zpovídat příště?***

Pěťu Kuříkovou...