

V zdravém těle zdravý duch

Mohlo by se zdát, že škola jako gymnázium se bude zaměřovat jen na soutěže rozvíjející mysl, ale opak je pravdou. Už Řekové věděli, že je důležitá jednota duše a těla. A proto se, jak je vidno, nenecháváme zahanbit ani v oblasti tělesného rozvoje a sportu. Michaela Stránská (7. A) a Justýna Bouchalová (4. A) se totiž umístily na 3. místě na MS, každá samozřejmě v jiné disciplíně. U Míši se jedná o běh do vrchu, Justýna se věnuje rádiovému orientačnímu běhu. Obě děvčata mi poskytla krátký rozhovor, a tak se i vy můžete něco dozvědět o vynikajících sportovkyních a zároveň úspěšných studentkách našeho gymnázia.

Míšo, vím, že se už dlouho věnuješ běhání, ale jak ses dostala až na MS v běhu do vrchu?

Každý rok se pořádá kvalifikační závod, podle kterého se vybírají běžci na tyto reprezentační akce. Závodů se účastním už dlouho, ale z důvodu nízkého věku jsem se předtím kvalifikovat nemohla.

Závod se konal v italském Casette di Massa. Jaká tam byla atmosféra mimo samotnou soutěž?

Itálie je podle mě sama o sobě specifické místo, které má své vlastní kouzlo. Vždycky mě uchvátí uzounké uličky mezi domy a pohoda, která zde panuje. Já osobně jsem si celou akci moc užila.

Jak dlouho jsi tam byla? Účastnila ses i jiné disciplíny?

Celkem jsme v Itálii strávili čtyři dny. Jiné disciplíny jsem se neúčastnila, závod byl zaměřený pouze na běh do vrchu.

Věřila sis po celou dobu závodu na medaili?

Po pravdě jsem vůbec netušila, že bych medaili mohla mít. Nic takového mě nenapadlo ani před závodem. Asi 1500 metrů před cílem, kde začínal poslední a nejprudší kopec, jsem se pohybovala okolo 14. pozice. Trenér na mě křičel, že musím zabrat, a tak jsem se snažila. Čtyři sta metrů před cílem jsem předbíhala Američanku a říkala jsem si, že přede mnou už mnoho holek být nemůže, ale že jsem opravdu třetí, tomu jsem uvěřila až po protnutí cílové pásky.

Co bys poradila mladým běžkyním, aby se také dostaly až na světovou úroveň?

Nemyslím si, že bych byla natolik zkušená, abych mohla někomu radit. Tohle musí vědět jejich trenér! 😊

Řekněme si na rovinu, tohle není úplně typický sport. Co to tedy radioorientační běh je?

Radioorientační běh nebo taky rádiový orientační běh nemá ve skutečnosti s klasickým orientačním během mnoho společného. Mapu sice závodník má, ale hledané kontroly v ní nejsou zakreslené. V lese je rozmístěno pět vysílačů (my tomu často říkáme lišky nebo kontroly) + jedna vysílající liška poblíž cíle nazývaná maják. Všechny kontroly vysílají v morseovce a mají svůj vlastní poznávací znak, odlišují se počtem teček za „MO“. Závodník má přijímač, ve sluchátkách vysílající kontroly slyší a snaží se je najít podle síly signálu. Hlavním cílem závodu je najít všechny kontroly, které má závodník najít do určitého časového limitu a nejlépe v ideálním pořadí. Tedy zvolit nejkratší trasu, aby doběhl v co nejkratším čase.

Jak ses k takovému druhu sportu dostala?

Moje švagrová tenhle sport dělala, takže mě představila naší trenérce a ta zapsala mě a ještě pár mých kamarádů do českotřebovského klubu. U tohoto sportu jsem vydržela jen já.

Jak se připravuješ na závody?

Protože jsme velmi malý klub (běhám jenom já, táta, trenérka a občas její dcera), žádné tréninky s vysílači neděláme. Já se ale snažím nějak se udržovat v kondici, tak chodím vytrvalostně běhat a občas i sprintovat. Jinak ale jezdím s reprezentací na soustředění, kde se samozřejmě tréninky s technikou dělají.

Co bys řekla případným zájemcům, abys je přesvědčila, že se mají věnovat radioorientačnímu běhu a ne běžné atletice?

Nejspíš že je to zajímavý a netradiční sport, že se naučí něco nového a zažijí spoustu zajímavých příhod (například nečekané setkání s lesními zvířátky). Hlavně se seznámí se spoustou skvělých a přátelských lidí, kteří jsou v podstatě jako jedna velká rodina. 😊

Dominika Kubištová, oktáva



Justyna Bouchalová a Michaela Stránská