

# Jak na stres? Nervózní jsou všichni, ví sportovní střelec Petr Nymburský

22.6.2026 - Dominik Jarka | Česká olympijská

**Ve sportovní střelbě je klid a odolnost před stresem naprosto klíčovou dovedností. Kdo stresu odolá, může se stát mistrem. Dobře to ví rodák z Pelhřimovska Petr Nymburský, který vedl Kraj Vysočina na slavnostním zahájení ODM v pražském Edenu. „Vždycky si řeknu, že nervózní jsou všichni,“ reaguje a i v dalších ohledech radí svým následovníkům.**

**Jaká byla vaše reakce, když jste se dozvěděl, že budete vlajkonošem Kraje Vysočina?**

Bylo to pro mě velké překvapení, ale ani vteřinu jsem neváhal. Měl jsem okamžitě jasno. Je to pro mě velký zážitek. Doufám, že si to stejně užili i mladí sportovci. Zkusil jsem je trochu namotivovat a uvidíme, jak se jim bude dařit.

**Co byste mladým sportovcům z vašeho kraje vzkázal?**

Vysočina je nejvíc! Důležité je, aby hlavně hodili veškerý stres za hlavu a samotný závod si užili tak, jak to umí nejlépe.

**Ve vašem sportu je zvládání stresu velmi důležité. Jak si s ním dokážete poradit vy?**

Vždycky si řeknu, že nervózní jsou všichni, tak proč bych nemohl být i já. A ono se to pak většinou povede.

**Letos budou hrát roli i teplotní podmínky - v Praze se očekává horko. Vy soutěžíte v těžkém oblečení, jak se s teplotou vypořádáte vy?**

Já mám teplo docela rád. Jsem ale velmi zvědavý, jak si s tím mladí sportovci poradí. Doufám, že se jim bude dařit a že se vše obejde bez jakýchkoliv zdravotních komplikací.

**Kdybyste si mohl vyzkoušet jiný sport z ODM, který by vám šel nebo vás bavil, co byste si vybral?**

To je těžká otázka, protože mám sport obecně velmi rád. Kdybych si ale musel vybrat, určitě by to bylo něco týmového.

**V mládí jste hrál krátce fotbal - ovšem potom, co vás trefil míč do hlavy, jste s ním seknul. Nelákal by vás návrat právě k fotbalu?**

Nevím, jestli bych to úplně nazval hraním. Absolvoval jsem jen pár tréninků a pak jsem se začal věnovat sportům s hokejkou - především jsem hrál lední hokej a florbal. A pak jsem se přes tátu dostal ke střelbě, u které jsem už zůstal.

**V ní se vám nadále nesmírně daří. Loni v listopadu jste získal už druhý individuální titul mistra světa - tentokrát v neolympijské disciplíně velkorážní puška na 300 metrů vleže, kterou normálně nestřílíte. Počítal jste vůbec s tím?**

Neskutečně mě to překvapilo. Bylo to mé první mistrovství světa, na kterém jsem střílel z velkorážky. Šel jsem do toho s naprosto čistou hlavou, což bývá velmi často nejlepší řešení. A prostě se to

povedlo! Ale musím být upřímný - byl jsem z toho dost v šoku.

### **Zařadil byste tento triumf mezi vaše největší dosavadní úspěchy?**

Tuto disciplínu beru spíše jako doplňkovou. Největších úspěchů si vážím v olympijských disciplínách, kde je výrazně větší konkurence.

### **Ted' už vám začíná příprava na následující MS, na kterém budete chtít na úspěchy z posledních let navázat. Jaké máte ambice pro příští sezonu?**

Aktuálně naskakujeme zpátky do tréninku. Zatím trénujeme spíše ve vyšších objemech a uvidíme, jak se nám bude dařit. Bylo by krásné vybojovat účastnické místo na olympiádu v Los Angeles a následně ho obhájit před domácí konkurencí.

Text: Dominik Jarka

<https://www.olympijskytym.cz/article/jak-na-stres-nervozni-jsou-vsichni-vi-sportovni-strelec-petr-nymbursky>