

„Je důležité umět vytěsnit okolí,“ říká zlatý medailista a student Fakulty aplikovaných věd

22.8.2023 - Martina Batková | Západočeská univerzita v Plzni

Matěji, moc gratuluji ke zlaté medaili. Jestli jsem správně počítala, tak závodní střelbě ses začal věnovat v jedenácti letech. Proč zrovna tahle disciplína?

V jedenácti letech jsem nastoupil na gymnázium, kde byl kroužek sportovní střelby, který vedla trenérka Štefania Janošťáková. Absolvoval jsem adaptační kurz, který se mi líbil, a už jsem u sportovní střelby zůstal. Tuším, že někdy ve 13 letech jsem byl na prvním mistrovství republiky, kde jsem ve své kategorii vyhrál. Když to člověku jde, tak ho to samozřejmě baví.

Co předchází okamžiku, než namíříš na terč a vystřelíš?

Je důležité umět se soustředit, umět vytěsnit okolí, vytěsnit sebe.

Jak se to dělá?

Musel jsem to natrénovat. Dokázat na nic nemyslet a jen se spolehnout na svoje tělo, že odvede to, co má. Když vyjízďím nahoru na terč, tak přestávám na cokoliv myslet.

Využíváš schopnost maximální koncentrace i v jiných situacích?

V mojí disciplíně je potřeba se soustředit tak po dobu deseti sekund. Na nějaké hlubší soustředění na delší dobu nejsem úplně trénovaný. Než jsem se začal věnovat střelbě, dokázal jsem se bez problému soustředit i několik hodin a třeba se začíst do knížky na celý den. Od té doby, co střílám, se mi to trochu pokazilo a soustředím se bezpracně už jenom na ty kratší intervaly.

Co pro tebe bylo rozhodující při výběru vysoké školy – prestiž, nebo rozhodly podmínky pro trénování a zázemí pro sportovce?

Věděl jsem, že chci studovat informatiku, jejíž studium nabízí velké množství univerzit. Na ZČU se v té době otevíral nově akreditovaný obor informatiky, jehož studijní plán se mi líbil. Velkou roli hrálo to, že v Plzni je největší střelnice v Česku, kde se dá krásně trénovat. Tak se to tak hezky sešlo. Dobrá škola, dobrá střelnice.

Co rozhoduje o kvalitě střelnice?

V době, o které se bavíme, měla plzeňská střelnice jako jediná v Česku moderní elektronické terče. Teď už mají elektronické terče i v Ostravě, ale pořád tam nejsou ty resortní kluby jako Dukla Plzeň, které nabízí úvazky a materiální zajištění. Já jsem v Plzni měl nabídku na poloviční úvazek, takže jsem byl zaměstnaný už od začátku studia.

Jak často trénuješ a jak se udržuješ v kondici?

Trénuji tak pětkrát týdně. Tréninky sahají od techniky střelby přes výdrž a soustředění po fyzickou a kompenzační posilování.

Existují nějaké specifické zahřívací cviky přímo pro střelce?

Nevím o tom. Každý střelec se protahuje sám podle toho, co mu vyhovuje. Mám svoji protahovací rutinu, kterou před závodem dělám. Potom ještě sušíme, což je spouštění „nasucho“ bez náboje.

Sušením trénuješ co?

Před závodem si tím zopakují pohyb střelby, protáhnu si všechny svaly. A při tréninku suším pro techniku - správné stisknutí spouště, správné míření.

Ve své disciplíně patříš mezi špičku. Býváš ještě nervózní?

Ona je ta nervozita užitečná, protože vyplaví adrenalin a díky tomu dokážu rychleji vnímat. Dokážu vyjet za 1,5 sekundy a potom mám více času na to, abych střílel. Takže nervózní jsem v nějaké rozumné míře, aby mě to nerozhodilo, ale abych to mohl využít. Umím už po těch letech s nervozitou pracovat.

Můžeš popsat svoji disciplínu?

Pistole jsou malorážné, vzduchové a velkorážné. Malorážné mají standardní, sportovní a rychlopalnou disciplínu. Moje hlavní zaměření je právě rychlopalná pistole.

Naše závody jsou rozděleny na dvě poloviny. Každá polovina je v jeden den a po druhé polovině je finále. Každá půlka je identická a trvá kolem dvaceti minut. Na začátku jsme pozvaní na stav, kde si rozložíme věci, potom máme tři minuty na přípravu. Následuje nástřelná série a šest soutěžních, ty jsou dvě za osm, dvě za šest a dvě za čtyři vteřiny. V každé sérii střílíme na pět terčů.

Finále se nějak liší?

Ve finále střílíme až osm sérií, už pouze čtyřsekundových. Tři série odstřílí všech šest finalistů a poté se začíná po jednom vypadávat. Po čtvrté sérii tedy vypadne šestý, pak pátý atd. Ve finále už nemáme zásahy na celé body, ale máme jenom zásah „ano, nebo ne“.

Jak daleko stojíte od terče a jak těžká je tvoje pistole?

Jsme dvacet pět metrů od terče a pistole váží lehce přes jeden kilogram.

Vnímal jsi v Číně nějaké politické nebo společenské pnutí?

Nebylo znát žádné pnutí. Na ulicích si všichni žijí svým životem a mluvil jsem jen s několika málo Číňany, domluvit se anglicky byl většinou problém. My, jakožto sportovci a turisté, jsme budili velkou pozornost, ale slyšel jsem převážně „Can I take a photo with you, please?“, víc nezvládali. Samozřejmě se našly výjimky.

V muzeu nás prováděl Číňan narozený v Americe a našli jsme odvahu zeptat se ho na politická témata. Říkal, že pro běžného občana je Čína úplně normální země, jen tedy s vlastní kulturou – z mé zkušenosti byli všichni velmi pohostinní, vlídní. Ale to taky mohlo být jen kvůli univerziádě, celé Chengdu tím žilo. Taky nám říkal, že Čína vlastně není komunismus, nebo spíš že je to taková jejich verze, něco jako státem asistovaný kapitalismus. Na ulicích jsme viděli pro nás běžné značky jako KFC, McDonald's, Calvin Klein, Luis Vuitton atp. Vypadalo to na volný trh.

Co Velký bratr?

Je běžné, že na křižovatku směřuje deset kamer. Kamery na budovách monitorují ulice. Právě ten

průvodce v muzeu nám říkal, že jsou sice všichni neustále sledovaní, ale že neví o žádném sociálním kreditu nebo něčem podobném. Když někdo přejde mimo přechod, tak se to ví, protože mají vyspělé technologie na rozpoznávání tváří. I my na střelnici jsme měli přístup do trezoru na svou tvář.

Vy jste zbraně nemohli mít u sebe?

Zbraně nikde nemůžeme mít u sebe. Když přijedeme na závody, tak nejdříve jedeme na střelnici, tam odložíme zbraně, náboje a potom teprve můžeme jet na hotel. Třeba v Koreji nám na letišti zbraně ani nevydali, ale rovnou je odvezli na střelnici.

Nemáš strach, že by se ti během letu mohla zbraň ztratit?

Zrovna o zbraň, kterou takhle hlídají, strach nemám. Aerolinky občas i ji pošlou někam jinam, ale ví, kde jsou. Když někam letíme, tak si odbavíme normální zavazadla, potom jdeme na policii a tam odbavíme zbraně.

Jakou částku si musím připravit, kdybych si chtěla pořídit stejnou pistoli, jako máš ty?

Moje pistole stojí asi padesát pět tisíc korun, takže ji mám propůjčenou od Českého střeleckého svazu. Až jednou skončím s kariérou, tak ji vrátím.

Pochvaloval sis atmosféru – všichni byli přátelští, sportovci se navzájem podporovali, měli jste dobré zázemí. Co tamější kuchyně?

Nejedli jsme bohužel nikde ve městě, protože na to nějak nebyl čas ani odvaha. Dokonce jsme byli varováni, že tamní street food by na nás byl moc pálivý. Něco málo ze sečuánské kuchyně bylo k ochutnání v jídelně pro sportovce a mně to velmi chutnalo, mám rád asijská jídla.

Co aklimatizace na tamější podnebí?

Tamější podnebí znamená subtropické monzunové klima. Když jsme tam přijeli, první dva dny v kuse pršelo, což znamená stoprocentní vlhkost. A to bylo nějakých třicet stupňů. Takže klima podobné jako třeba v Brazílii. Je tam vlhko, je tam horko, je to nepříjemné a neustále se potíme. A jelikož se nemá ten pot kam odpařovat, tak je to ještě horší. Nějak jsme si ale zvykli.

Může to mít vliv na tvoji soustředěnost a výkon?

Nesmí to mít vliv. Samozřejmě se víc potí ruka, takže si ji natírám obyčejnou křídou.

Které země jsi díky závodům už navštívil?

Letos to bylo Polsko a Rakousko a mimo Evropu Egypt, Peru, Ázerbájdžán, Brazílie a Jižní Korea. Každý rok je to průměrně kolem šesti zemí.

Může s tebou cestovat někdo z rodiny? Třeba partnerka?

Pokud si to zaplatí, proč by ne. Partnerka je puškařka a také reprezentantka, takže jsme spolu už některé závody absolvovali. Je fajn, že se o tom sportu můžeme spolu bavit.

Jaké jsou teď nejbližší plány?

Osmnáctého srpna odlétám na mistrovství světa do Ázerbájdžánu, kde bych rád vystřílel kvalifikační místo na olympiádu. Když se to nepodaří, aspoň získám body do kvalifikačního žebříčku. Pokud se mi podaří správně pracovat ve finále, snad bych se mohl dostat i na stupně.

Letos končíš bakalářské studium a pokračuješ do navazujícího. Je reálné při tvém časovém vytížení ještě pracovat?

Kvůli závodům a jejich časové náročnosti jsem si netroufl hledat nějaké zaměstnání v soukromém sektoru. Pomáhám na CIVu na ZČU, tam mohu pracovat i vzdáleně. Po studiu bych chtěl pracovat v oboru, baví mě to.

Do kolika let ty můžeš závodit, než tě začne limitovat klesající výkonnost?

Na Evropských hrách byl nejstarším členem výpravy právě sportovní střelec Martin Strnad, kterému je čtyřicet devět. U střelby není věk zas takovým omezením. Možná i naopak. Psychicky se člověk rozvíjí a závodit ve vyšším věku je pro něj možná lepší. Takže v podstatě dokud budu fit, dokud budu schopný zvednout zbraň, tak by to asi mělo fungovat. Na druhou stranu to znamená větší konkurenci, protože olympijský vítěz, který vyhrál olympiádu před pěti lety, stále střílí a stále střílí špičkově. Nedokážu si představit, že by se něco takového dělo třeba ve sportovní gymnastice.

Děkujeme za rozhovor a přejeme hodně štěstí v dalších závodech!

Jak se na univerziádě dařilo dalším studentům a studentkám ZČU, se můžete dočíst v článku ZČU na univerziádě 2023? Jedno zlato, jedno stříbro, třikrát bronz.

<https://info.zcu.cz/clanek.jsp?id=5618>