S prostějovským útvarem se voják rozloučil 52km během. Výkon na 102 % mají v krvi i jeho kolegové

15.1.2024 - Nikol Švandera Slováčková | Armáda ČR

Pro Josefa Sojku není žádná vzdálenost překážkou.

Jeho odhodlání a fyzická výkonnost jsou něco, co jeho, dnes už bývalí, kolegové považují za mimořádné. A mají pravdu. Vždyť jen královská vytrvalecká disciplína, maraton, je pro spoustu lidí nedosažitelnou metou. Nadporučík Sojka se k 42,2 km ale rozhodl ještě deset kilometrů přidat.

„Mám za sebou úspěšně absolvovanou Beskydskou sedmičku (Mistrovství ČR v horském maratonu), dlouhý triatlon nebo maraton v čase 3:05 hodin. Ostatně první maratonský běžec ve starověkém Řecku byl také spojař!“ zdůvodňuje s úsměvem svoji náklonost k běhu.

„Vždycky jsem běhal do bývalé práce v Lipníku, tak jsem si dal výzvu doběhnout do práce i v Prostějově. Nechtěl jsem ale jen dorazit a odpadnout, ale v práci fungovat jako běžně,“ říká. Dlouho se rozmýšlel, ale čas se krátil a nebyl čas otálet: v práci mu zbývaly tři dny.

Na trať se vydal jedno chladné ráno. Každým krokem musel překonávat zimní výzvy. Některé pasáže vedly přes bahnité cesty, kde se mu bořily nohy do půlky lýtek. Části trasy podél řeky byly zase kluzké, což zvyšovalo obtížnost. Od 40. kilometru se ozvala bolest. Pepa však odolal pokušení odpočinout si a běžel bez přestávky až do cíle.

„Dokud to jde, musíte myslet na jiné věci. Třeba na to, co budete dělat večer, jaké koupíte dárky. Ale ve chvíli, kdy to začne bolet, začnete přemýšlet o tom, že chcete skončit a jen sledujete zbývající kilometry. V ten moment je dobré se například soustředit na bod, ke kterému chcete doběhnout. Fakt, že vás všechno bolí a máte před sebou ještě 10 km je totiž v ten moment děsivý,“ popisuje.

Jeho tělo přestalo být „zdravé“ asi po 40. kilometru a z běhu se podle jeho slov zcela vytratila technika. Je zřejmé, že to, co dokázal, bylo nad možnosti běžných rekreačních běžců. Josef Sojka má spoustu kamarádů, kteří zaběhli maraton i pod tři hodiny, ale málokdo z nich by se prý pustil do ještě delšího běhu. „Musíte mít to nastavení v hlavě: pořád chtít něco víc, makat na 102 %, jak se říká u našeho praporu. Bude mi moc chybět, i spousta kolegů, právě s tímto přístupem. Lidé se mě ptají: proč, jaký to má smysl? Stodvojkaři ho v takovéto extrémní zátěži vidí: většina lidí tady na sobě chce makat a chtějí se neustále zlepšovat, tak jak to u armády má být,“ zdůrazňuje nadporučík Josef Sojka.

- *Statistika běhu nadporučíka Josefa Sojky: celkový čas: 04:24, tempo: 5,06 min/km, vzdálenost: 51,83 km, průměrný srdeční tep: 145 tepů/min*

https://acr.army.cz/informacni-servis/zpravodajstvi/s-prostejovskym-utvarem-se-vojak-rozloucil-52km-behem--vykon-na-102--maji-v-krvi-i-jeho-kolegove-248653