

# Na přednášky jezdila na kole a teď je nejlepší českou triatlonistkou i dvojnásobnou olympioničkou

24.9.2024 - Adam Pluhař, Lenka Knopová | Technická univerzita v Liberci

**Jaké to je plavat olympijský závod v řece, která je tak špinavá, že vás do ní pořadatelé nepustili trénovat? Co dala Petře studia sportovního managementu na Katedře tělesné výchovy a sportu FP TUL a Ekonomické fakulty TUL a na co ze svých studentských let ráda vzpomíná? A dokáže si ze svého sportovního trojlístku vybrat jednu nejmilejší disciplínu? Více se dozvíte v rozhovoru.**

**Petro, závodila jste už na dvou olympiádách. Můžete porovnat Olympijské hry v Tokiu v roce 2020 s nedávnými hrami Paříží? Kde se Vám závodilo lépe?**

Myslím, že v Tokiu, oproti Paříži, všechno klapalo, jak mělo. Sportovci byli pro Japonce hlavní prioritou. V Paříži byla na prvním místě sledovanost, show, diváci a až potom sportovci. Už jenom částka osm milionů dolarů, kterou měl dostat rapper Snoop Dogg za zvýšení sledovanosti olympiády, je úplně mimo chápání. Z nás sportovců se staly tak trochu loutky v divadle. Ale doba se mění. Na druhou stranu, obojí má svoje pro i proti. Divácká kulisa na sportovištích v Paříži byla neskutečná. Je to něco, na co se bude zřejmě ještě dlouho vzpomínat.

**„Loutkami v divadle“ narážíte na spektakulární a mnohými kritizovaný zahajovací ceremoniál, nebo že se třeba až tak neřešily vaše sportovní potřeby, jídlo nebo spokojenost?**

Ceremoniál je samostatné téma. Tam se počítá s tím, že se organizátorská země bude chtít ukázat a udělat show pro diváky. Nejde o sportovní výkony. Ale třeba téma kvality vody se tady neobjevilo ze dne na den. Kvalita vody byla špatná již minulý rok na Test Event v Paříži. Ale z hlediska atraktivity nepřicházela v úvahu varianta přesunout triatlon a dálkové plavání mimo město.

## »Kvalita vody byla špatná celou dobu«

**Plavala byste raději mimo město? Málokomu jistě ušlo, jak se řešilo znečištění vody a to i po stavbě gigantické retenční nádrže, jež měla Seineu ochránit před vniknutím splašků.**

Mně se tratě postavené v samém centru moc líbily, ale byl to zbytečný risk. Vžijte se do situace závodníka, který se chystá na olympijský triatlon závodu mužů. Čtyři roky žijete sen, že se chcete dostat na olympiádu. Nakonec se vám to povede, tu cestu sdílíte s rodinou, přáteli, sponzory, tréninkovými kolegy... Večer před závodem jdete spát s myšlenkou, že konečně zítra bude ten den D, spousta známých se na vás přijede podívat, těšíte se a zároveň jste extrémně nervózní. Vstanete ve čtyři ráno a najednou se dozvíte, že výsledky kvality vody jsou špatné a závodit se nebude. Dokážu pochopit zrušení závodu z důvodu náhlé změny počasí, ale kvalita vody byla špatná celou dobu. Ani jednou nás před závodem do vody nepustili.

**Hodně se psalo o tom, že se Seineu nepodařilo dostatečně vyčistit. Měla jste z kvality vody obavu? A obešlo se to u Vás bez následků?**

Po závodě mě žádné obtíže nepostihly. Snažila jsem se důvěřovat organizátorům, že jednají ve prospěch nás všech. Mnohem zásadnější mělo být téma silného proudu v řece. Olympijský závod by

měl být co nejspravedlivější pro všechny. Startovali jsme po proudu, což pro závodnice stojící uprostřed pontonu znamenalo ohromnou výhodu. Moje pozice byla bohužel na levém okraji. Navíc jsem přes hukot diváků neslyšela startovní výstřel, takže jsem do vody skočila pozdě. Takovéto situace by se na olympijských hrách stávat neměly, vše by mělo být naplánováno a vyzkoušeno na hladký průběh závodu.

**Co pro vás znamená, že jste už byla na dvou olympiádách? Je to pro vás čest, zcela speciální, či naopak běžný závod?**

Samotná triatlonová kvalifikace trvá dva roky, během kterých je potřeba objíždět závody a sbírat body po celém světě. Takže už jen kvalifikovat se na OH v triatlonu je ohromný úspěch.

**Kdy jste vlastně v sobě objevila sílu a výdrž zvládnout triatlon a co vám tento extrémně náročný sport přináší?**

S chutí být ve všem nejlepší jsem se už narodila. A ve sportu jsem mohla svoji soutěživost nejlépe zúročit. Odmala jsem se věnovala plavání, kde jsem zřejmě nabrala vytrvalostní základ. Nicméně jenom plavat byla v mém případě škoda, protože jsem dokázala konkurovat i soupeřkám na školních „přespolácích“ nebo přes léto na triatlonech.

**Kdybyste nebyla triatlonistka, byla byste plavkyně, běžkyně nebo cyklistka?**

Těžko říct, nějakou dobu jsem se rozhodovala mezi triatlonem a atletikou. Jsem však moc ráda, že jsem se rozhodla právě pro triatlon, který mě svou rozmanitostí stále moc baví.

**A prozradíte, jakou z těch tří disciplín máte nejradši, nebo jaká je vaše nejsilnější?**

Nerada říkám, že mám jednu disciplínu méně, nebo více ráda. Největší potenciál ke zlepšení mám každopádně na kole, kde bych mohla být ještě silnější a nepatřím k tak technicky zdatným jezdčkyním. Naopak dost často v závodech spoléhám na silný závěrečný běžecký výkon.

**Jaký sport, pokud je to vlastně vůbec v rámci vaší sezony možné, ráda provozujete kromě triatlonu? Případně jak nejraději relaxujete?**

Během studia na KTV jsem měla možnost vyzkoušet si spoustu různých sportovních aktivit. O to víc mě to utvrdilo v tom, že nejsem zrovna pohybově nadaná (smích). Takže když zrovna neplavu, neběhám nebo nejedím na kole, tak další sportovní aktivity nevyhledávám. Nejraději relaxuji četbou knihy ideálně venku na zahradě.

**Už vám letos sezona skončila a odpočíváte, nebo se připravujete na nějaký další závod?**

Triatlonová sezóna se rok od roku natahuje. Dalo by se říct, že kdybych chtěla, mohla bych závodit přes celý rok. Po olympiádě jsem měla tři volnější dny a pak jsem se pustila do dalšího tréninku. Letos bych chtěla závodit zhruba do poloviny října, kde mě čeká ještě závod finále mistrovství světa v triatlonu.

**Jak vypadá váš běžný den?**

Ne každý den vypadá stejně, ale obvykle vstávám v šest. Kolem sedmé už skáču do bazénu, kde uplavu asi pět kilometrů. Druhý trénink začínám v 10:30. Na kole strávím dvě hodiny a pak se vracím domů na oběd, který jsem stihla ještě předtím připravit. Po obědě zkontroluji e-maily a odpočívám. Na poslední trénink vyrazím v 15:30. To jedu znovu na kole nebo běhám. Do šesti večer mám už obvykle odtrénováno. Snažím se chodit spát včas, ještě před desátou.

**Letošní rok jste měla velmi úspěšný. Na olympiádě v Paříži jste skončila na 29. místě, teď v září na mistrovství Evropy ve Vichy jste byla čtvrtá a od medaile vás dělilo jen 35 sekund, krátce před tím jste skončila druhá v závodě světového poháru v Karlových Varech. A letos jste získala i zlatou medaili, a to v sérii závodů IRONMAN 70.3, který se konal historicky poprvé na území ČR - na konci srpna v Hradci Králové. Byl pro vás tento závod něčím jiný?**

Závod v Hradci byl pro mě jiný především tím, že se jednalo o poloviční distanci dlouhého triatlonu, který se jezdí na kole bezhákově. Nikdy předtím jsem „půlku“ nejela, takže jsem moc nevěděla, jak mi to půjde. Jsem moc ráda, že se mi závod povedl a měla jsem možnost před domácím publikem zvítězit.

**Jaké jsou vlastně vzdálenosti v ženské kategorii v olympijském závodě a v Ironmanovi?**

Vzdálenosti v triatlonu obecně jsou pro muže i ženy stejné. Olympijský triatlon zahrnuje 1,5 kilometru plavání, 40 kilometrů cyklistiky a 10 kilometrů běhu a jezdí se hákově (*první jezdec rozráží vítr, zatímco ostatní mohou v závětrí v klidu odpočívat a čekají, až na ně přijde řada, aby vedoucího jezdce vystřídali, pozn. redakce*). Proto je velmi důležité, jak dobře dokážete vyplavat a jak bude vaše skupina na kole spolupracovat. Já jsem v Paříži vylezla z vody na třiadvacátém místě, což nebylo zas tak špatné. Dokonce se nám dařilo ve skupině stahovat náskok čelní skupiny. Bohužel však jedna závodnice na mokré silnici spadla. To nás zbrzdilo, skupina se rozdělila a já zůstala v zadní části. Kdežto tratě v dlouhém triatlonu jsou delší, ne tak technicky náročné, každý musí jet sám za sebe, protože jízda ve skupině je zakázána. Vzdálenosti celého Ironmanu jsou 3,8 kilometru plavání, 180 kilometrů kolo a 42 kilometrů běh. V Hradci Králové se jela "půlka", což znamená 1,9-90-21 kilometrů.

**Žijete ve Švýcarsku. Vracíte se do Čech často?**

Ráda bych do Čech jezdila častěji, mám tu rodiče, sestru a malou neteř. Bohužel mi to ale moc často nevychází, protože dávám přednost tréninku před cestováním.

**Když se v myšlenkách vrátíte do dob svých studií na Katedře tělesné výchovy FP TUL, na co vzpomínáte nejraději?**

Bylo by toho hodně. Měla jsem štěstí, že se na KTV sešla super parta lidí. A třeba letní kurz v Chorvatsku byl nezapomenutelný. Jak jsem zmiňovala, měla jsem možnost vyzkoušet si spoustu sportovních aktivit jako lezení, tenis, squash, sebeobranu, rafting... Byla by to dlouhá řada sportů.

**Jaká místa v okolí Liberce a Jablonce nad Nisou byste doporučila k návštěvě současným studentům v Liberci, ať už v rámci tréninku nebo výletu?**

Pro mě jsou nejkrásnější místa v Jablonci i v Liberci spojená s okolím přehrad, kam se dá vyrazit na procházku, jít si zaběhat nebo zaplavat.

**Dalo se během vašich studií skloubit studium a trénink?**

Ano, dařilo se mi kombinovat studium i sport. Pocházím z Jablonce nad Nisou, takže jsem to do školy neměla daleko a jezdila jsem do ní i na kole. Vyhovovalo mi, že jsem si rozvrh mohla sestavit tak, abych měla čas na školu i trénink.

**Jste absolventkou sportovního managementu na Fakultě přírodovědně-humanitní a pedagogické TUL a navazujícího studia na Ekonomické fakultě TUL. Co vám liberecká univerzita do života dala?**

Ve škole jsem se naučila především efektivně hospodařit s časem. Dokázat si naplánovat den tak, abych stihla vše, co je potřeba. Naučila jsem se, jak důležitá je komunikace mezi profesory i spolužáky. A celkově to, že není nutné snažit se být dokonalý ve všem, ale umět požádat i o pomoc. Po ukončení studia jsem se rozhodla věnovat sportu na sto procent, dokud je to možné. Mým povoláním je tedy sport, který miluji. Zároveň se věnuji koučování hobby sportovců na dálku. Sestavuji jim týdenní tréninkové plány směřující k určitým cílům. Takže vlastně dělám to, co jsem vystudovala a co mám ráda a moc mě to baví.

<https://tuni.tul.cz/a/na-prednasky-jezdila-na-kole-a-ted-je-nejlepsi-ceskou-triatlonistkou-i-dvojnásobnou-olympionickou-156719.html>