

VŠB-TUO je prestižní škola, která se neustále rozvíjí a nabízí nekonečno možností

5.2.2023 - Barbora Urbanovská | Vysoká škola báňská - Technická univerzita Ostrava

Máte za sebou mistrovství v TFA - jak to dopadlo?

Jen pro upřesnění jednalo se o Mistrovství České republiky v disciplínách TFA. Musím říci, že letošní MČR TFA se pyšnilo opravdu náročnou tratí. Po tom, co závodník v plné polní, která je složena z kompletního zásahového oděvu, zásahové přilby, rukavic, zásahové obuvi a dýchacího přístroje, absolvoval tři úseky, čekal na něj 4. úsek s krásným výstupem o 369 schodech až do věže Štramberské Trúby. Pro mě MČR TFA dopadlo nejlépe, jak mohlo. Skončila jsem na krásném 2. místě a nesmírně si závod užila. Dokonce i těch 369 schodů se šlo skoro samo. Je fakt, že 1. místo by bylo lepší, ale vzhledem k tomu, že jsme si neporozuměly s karabinou a já ztratila cenné sekundy při jejím otevírání, jsem velmi potěšena právě tím druhým místem.

Jak náročná je fyzická příprava a jak se připravujete po psychické stránce?

Fyzická příprava je opravdu náročná, není to vůbec jednoduchý sport, a pokud se člověk pro absolvování závodu TFA rozhodne, měl by mít už nějakou fyzickou přípravu za sebou. Ono se to většinou nezdá, protože když koukáte na elitní závodníky, tak v jejich podání vypadají jednotlivé disciplíny opravdu lehce a nenáročně, ale opak je pravdou. Nicméně pro mě byla za poslední rok stěžejní spíše ta psychická příprava. V roce 2021 jsem s "hlavou" bojovala dost. Na loňském MČR jsem neustála tlak velkého závodu a velkých očekávání a místo toho, abych podala jeden ze svých nejlepších výkonů, tak jsem si zaběhla, resp. protrápila jeden ze svých nejhorších závodů, a to, že jsem i přesto všechno, bolest nohou, chyby, nedostatek dechu, dovezla z MČR TFA 3. místo pro mě bylo zklamání. Proto jsem se letos zaměřila právě i na tu psychickou přípravu, zajímám se o sportovní psychologii, sleduji různé přednášky na toto téma, čtu knížky a postupně zkouším jednotlivé kroky aplikovat na sebe. Mimo jiné jsem na to letošní MČR TFA jela s cílem nenechat se ničím rozhodit a maximálně si jak závod, tak celé MČR užít. To se mi podařilo a jako třešnička na dortu bylo 2. místo, za kterým stojí opravdu hodně dřiny. Ta fyzická kondice a s ní spojená příprava je oproti té psychické stránce podstatně jednodušší nebo alespoň já to tak mám. Psychická příprava je běh na dlouhou trať a je třeba na ni neustále pracovat a "obrňovat" se.

Jak odpočíváte? Máte náročný program po fyzické i psychické stránce.

V podstatě jediným obdobím, kdy se hodím jak fyzicky, tak psychicky do klidu je období Vánoc. To si jdu třeba jen zaběhat nebo zajdu na nějaký kruhový trénink, ale jinak se snažím v rámci možností odpočívat. I když letos tomu bude jinak, jelikož mě ještě v prosinci čekají dva závody. Co se týká psychiky během sezóny a vlastně všeobecně v průběhu celého roku, tak je mi nejlepším lékem na těžkou hlavu – hlasitá hudba ve sluchátkách, která mě odizoluje od okolí a k tomu běh, nejlépe v přírodě, kde nikdo nikde není. Tahle dvojka mě dokáže vytáhnout z ledasčeho, a pak samozřejmě přítel, rodina a nejbližší přátelé. Ale většinou spíš potřebuji být jen já, hudba a běh.

Máte za sebou velmi úspěšný rok. Dokončila jste studia na Fakultě bezpečnostního inženýrství VŠB-TUO, přivezla jste bronz ze světových hasičských her, stříbro z Moravské TFA ligy, zlato z Ratiboře. Jak vy sama rok 2022 hodnotíte?

Letošní rok byl poměrně náročný, vzhledem k odevzdávání diplomové práce a následným státnicím,

byl zejména duben a květen opravdu vyčerpávající jak psychicky, tak fyzicky. Vlastně deset dní po tom, co jsem odevzdala diplomovou práci, kdy jsem trávila u PC pomalu více času než v posteli, tak jsem odletěla na Světové hasičské hry do Portugalska, které byly zatím tím nejtvrdějším a nejnáročnějším závodem, který jsem absolvovala. Bylo to hodně těžké právě i z té psychické stránky, protože jsem díky sociálním sítím mohla sledovat, jak mé soupeřky z různých koutů světa makají a já se naopak musela kvůli psaní DP s tréninky hodně uskromnit a pár dní před odevzdáním je úplně vytěsnit. Nicméně ve výsledku i tato nucená pauza přinesla své ovoce a já z WFG 2022 (World Firefighter Games) dovezla krásné 3. místo ve své věkové kategorii. I když se během sezóny dařilo sbírat i zlato, ty významné závody jako je MČR TFA nebo celkové hodnocení Moravské ligy TFA se stříbrili, takže jak ráda říkám – stále je na čem pracovat. Nicméně jako každou sezónu hodnotím i tuto velmi kladně, zapracovala jsem na slabinách z loňského roku a získala zkušenosti pro sezóny další. Kladně hodnotím i celý rok 2022.

Jak vzpomínáte na studia na Fakultě bezpečnostního inženýrství VŠB-TUO? Bylo studium náročné?

Když to vezmu zpětně, tak mi studium opravdu chybí. Zejména studentský život, kdy mé studium v podstatě na dva roky omezila pandemie COVID-19 a my jsme si tak se spolužáky nemohli řádně užít jednak nových technologií na naší fakultě jako je například CESIT, ale i těch mimoškolních aktivit, které k vysokoškolskému studiu zkrátka patří.

Studium je vždy náročné, ale záleží na tom, jak si to student nastaví. Když někoho určitý předmět baví, tak pro něj bude méně náročný než pro někoho, kdo o danou problematiku ani nezakopl. Dle mého studium určitě náročné bylo, ale zase pokud člověk chce, tak jde vše a já jsem člověk, který chce, takže studium šlo i s tréninky, projekty a dalšími mimoškolními aktivitami J.

Čemu se po studiích na VŠB-TUO věnujete?

Momentálně už pracuji jako technik PO a BOZP, takže jsem „pouze“ vyměnila lavici za kancelář a další aktivity zůstali i po ukončení studia stejné – tréninky, sport všeobecně, trávím čas s přítelem, rodinou, přáteli, výlety, různé výšlapy apod.

Doporučila byste univerzitu maturantům a maturantkám, kteří se teď rozhodují, na jakou školu půjdou?

Určitě ano, je to velmi prestižní škola, která se stále rozvíjí a nabízí nekonečno možností, a to nejen studia jako takového, ale právě i těch mimoškolních aktivit. Nicméně i to studium konkrétně u nás na FBI bylo velmi záživné a díky využívání nejmodernějších technologií se student setká skoro s reálnými scénáři při řešení nejrůznějších mimořádných událostí.

V čem vidíte největší benefit studia na VŠB-TUO?

Že student nemusí „jen“ sedět a poslouchat, ale může si spoustu věcí osahat, vyzkoušet, vžít se do rolí a zkrátka, že se setkává i s praktickou výukou a nejen teorií. Plus samozřejmě to, jak se VŠB-TUO vyvíjí, modernizuje, plánuje a přizpůsobuje dobře. A v neposlední řadě je benefitem VŠB-TUO největší základna hokejových fanoušků, ta atmosféra na Ostravské derby je nepopsatelná.

Kde se vidíte za pár let? Jaké máte cíle na rok příští?

Těžko říci, většinou nedokážu říci, co bude za týden natož za pár let. Jsem člověk, který se soustředí na teď a tady. Nicméně plány na rok, co se týče toho sportovního života, už jsou: udělat ze svých slabin přednosti, což je vlastně cílem i do profesního života.

Foto: archiv Ing. Kateřiny Vodičkové

<https://www.vsb.cz/magazin/cs/detail-novinky?reportId=44688>