

# Majster Európy do 18 rokov Sebastian Karp: Pred Rieti som vedel, že dokážem byť ešte rýchlejší a chcem byť ešte rýchlejší

22.7.2026 - Juraj Marcinát | Slovenský atletický zväz

Na EYOF 2025 v Skopje postúpil do finále na 400 m, obsadil v ňom siedme miesto a sezónu uzavrel so 48,21 s na konte. Už v hale dvakrát zabehol slovenský dorastenecký rekord (48,62 a 47,67 - zároveň juniorský) a po prechode na nekrytý ovál pokračoval v jeho zlepšovaní na 47,33 a 46,62, čím sa dostal na čelo tohtoročných európskych tabuliek U18. SEBASTIAN KARP cestoval na do Rieti v nevďačnej úlohe favorita a vrátil sa ako dorastenecký majster Európy. Modré štartové číslo lídra tabuliek mu svedčalo. Vo finále na Stadio Raul Guidobaldi triumfoval v novom osobnom maxime 46,53 s, ktorým už klope na bránu top 10 mužského historického rebríčka SR. Zverenec Norberta Peczeho zvládol očakávaný súboj s dvoma českými štvorstovkármi a na Slovensko priviezol druhé slovenské zlato a celkovo piaty cenný kov z ME U18.

► **K atletike ste sa vraj dostali cez kros. Ako k tomu došlo a venovali ste sa pred tým aj iným športom?**

Pred atletikou som sa tri roky venoval futbalu. Hrával som na kraji obrany, ale tréner videl, že som rýchly, tak ma staval aj vyššie na krídle. K atletike ma priviedol môj telocvikár, ktorý ma raz prihlásil do štafetového krosu. Tam si ma všimol tréner Pecze, pretože som skončil druhý za jeho zverencom. Prišiel za mnou a dal mi kontakt, ešte to odobrila moja mamka a tak som sa dostal k nemu do klubu.

► **Štvorstovka je považovaná za najnáročnejšiu bežeckú disciplínu, ktorú si treba odtrpieť. Zdá sa však, že vy si laktátovú bolesť užívate. Prečo ste si vybrali práve 400 m?**

Išli mi aj krátke šprinty, ale vždy ma to ťahalo k štvorstovke. Veľmi som ju chcel skúsiť. Začalo sa to tristovkou. Na jej konci už vôbec nevládal. Povedal som si, že to idem zlepšiť. A tak som sa dostal k štvorstovke.

► **Na začiatku letnej sezóny vás pribrzdilo zranenie. Ako veľmi to narušilo tréningové plány?**

Po hale som sa liečil z natiahnutého zadného stehenného svalu a hneď v prvom behu vonku som si preťažil a zapálil ľavý priťahovač. Asi dva alebo tri týždne som nemohol vôbec trénovať, čo bolo dosť dlho. Snažil som sa to však vykompenzovať posilňovaním hornej časti tela.

► **Napriek tomu ste vonku dvakrát zabehli dorastenecký rekord a druhým (46,62 v Nyíregyháze) ste sa krátko pred ME dostali na čelo európskych tabuliek. Čo to pre vás znamenalo? Neobávali ste sa, že vám to bude v Rieti zväzovať nohy?**

S prekonaním slovenských rekordov sme viac-menej počítali. Tréningové ukazovatele to naznačovali. Keď som sa stal lídrom tabuliek, brali sme to ako signál, že ideme dobrou cestou. Zďaleka sme však ešte nemali vyhrané. Nejakého tlaku vyplývajúceho z tejto pozície som sa neobával, pretože som vedel, že dokážem byť ešte rýchlejší a chcem byť ešte rýchlejší. Skôr ma to teda motivovalo, aby som

svoj čas na majstrovstvách Európy zlepšil.

► **Úprimne, pripúšťali ste si pred odchodom na ME niečo iné ako titul?**

Áno, samozrejme. Celkom živo som si predstavoval aj scenár, že nevyhrám. Išlo teda o to, kto po víťazstve túži viac. Ja som ho chcel asi najviac.

► **Po rozbehoch a semifinále ste sršali sebavedomím. Vyplývalo z vašich výkonov alebo aj z toho, ako si počínali súper?**

Povedal by som, že aj – aj. Bol som si istý, že niektorí súper si v rozbehoch a semifinále nechávali rezervu. Mal som ich dobre zmapovaných, naučil som sa naspamäť ich osobáky, takže som vedel, ktorá má ešte šancu vystreliť.

► **Pred finále ste vraveli o útoku na hranicu 46 sekúnd. Vyplynulo to z eufórie po semifinále alebo ste to mysleli vážne?**

Hovoril zo mňa adrenalín, ale zároveň som to myslel vážne. Naozaj som chcel bežať tak rýchlo, ale ukázalo sa, že po semifinále už jednoducho nebolo toľko síl.

► **Čas na úrovni 46 sekúnd by bol nie len európsky dorastenecký rekord (Tomáš Horák 46,12), ale aj prienik do prvej desiatky slovenského historického rebríčka mužov, kde je na 8. mieste Peter Žňava so 46,01. Motivovalo vás prekonať reprezentačného trénera?**

Priznám sa, že mi to prezradila naša fyzioterapeutka až po finále. Dovtedy som to nevedel. Celkom ma to prekvapilo. Škoda, že som to nevedel pred tým. Netušil som, že behal až tak dobre. (Smiech.)

► **Finálová štvorstovka však mala napokon úplne iný scenár. Čo vás viac prekvapilo? Odpor českých vyzývateľov alebo to, že sa vám nebeží tak ľahko ako v predchádzajúcich fázach?**

Viac ma asi prekvapilo, ako na tom bolo moje telo. Finále som rozbehol rovnako ako v semifinále, ale potom už telo strácalo na energii a ďalej ma nepustilo. Napriek tomu, že sme sa snažili čo najviac regenerovať, už to veľmi nešlo. Predsa len sa prejavilo, že to bolo prvý raz, čo som bežal tri štvorstovky na veľkom podujatí za tri dni. V Skopje to boli iba dve.

► **Kedy ste začali veriť, že to dotiahnete do víťazného konca?**

Až do úplného konca som si nebol víťazstvom istý, pretože som cítil, že ma Jakub Marek sprava dobieha. Snažil som sa ísť na to technicky a popritom som si vravel, že ho nepustím pred seba za žiadnu cenu. Až keď som videl na svetelnej tabuli, že Karp je na prvom mieste, tak som tomu uveril.

► **Podľa záberov po finále bol najmä strieborný Jakub Marek z prehry o 6 stotín sklamaný. Aké boli reakcie českých súperov?**

Rozprávali sme sa a obaja boli na jednej strane veľmi radi, že sme ako Česko-Slovensko obsadili prvé tri miesta, ale samozrejme, že každý by chcel vyhrať, takže poradie ich príliš netešilo. Mali to však objektívne ťažšie ako ja. Tesne pred majstrovstvami Európy sa zranili, takže možno napokon boli radi, ako dopadli. Jakub Marek mal napríklad plúzgriere na chodidlách, preto ani nebežal na medzištátnom stretnutí v Nyíregyháze.

► **Ako ste si užili vysnívané slovensko-české pódium a národnú hymnu?**

Počuť slovenskú hymnu bol ten najkrajší zážitok. Z tribúny som počul, ako ju všetci naši spievali. To bol naozaj super pocit.

► **V posledný deň šampionátu ste ešte absolvovali dva štvorstovkárské úseky štafety. Čo ste prežívali po tej celkovo dvojkilometrovej tortúre?**

V rozbehoch som to trochu prepálil a finišoval som prakticky na maximum. A finále už bol úplný klinec. Len som si hovoril, nech už mám za sebou náš popretekový rituál a konečne si môžem ľahnúť.

► **Smoliarom šampionátu bol Brit Ethan Heggarty, ktorého v semifinále 200 m diskvalifikovali pre prekročenie dráhy a to isté sa mu potom prihodilo aj v štafete. Vy ste prezradili, že ste mali podobné obavy.**

Priznám sa, že v rozbehoch som mal z toho neskutočný strach. Ak by ma diskvalifikovali za stúpenie na čiaru, to by ma asi zničilo. Už sa mi to samozrejme stalo a je to najhorší pocit na svete.

► **Na čo sa najviac tešíte po návrate domov?**

Na posteľ, že sa konečne poriadne vyspím.

► **S trénerom ste sa rozhodli nevyužiť limit na majstrovstvá sveta juniorov v Eugene. Neľutujete to teraz?**

Ak by som chcel ísť do Ameriky na výlet, tak by som to možno aj ľutoval. Ale z pohľadu plánu ďalšej prípravy to bolo správne rozhodnutie.

► **Aké máte teda plány na zvyšok sezóny?**

Čaká nás ešte jedno sústredenie a potom koncom augusta štart v maďarskej lige s Nyíregyházou, kde budem bežať s halovým majstrom Európy Attilom Molnárom. Pokúsim sa zlepšiť európsky dorastenecký rekord Tomáša Horáka (46,12), to je môj cieľ v poslednej sezóne v tejto vekovej kategórii.

► **Tréner Pecze netají, že ako všetci športovci snívate o olympiáde, uvidíme vás v Brisbane 2032?**

Kdeže v Brisbane, už v roku 2028 v Los Angeles! Keď chcem ísť do Ameriky, musím to stihnúť. (Smiech.)

## **SEBASTIAN KARP**

narodený: 1. októbra 2009

bydlisko: Moldava nad Bodvou

škola: Gymnázium Štefana Moysesu v Moldave nad Bodvou

klub: Atletický legionársky klub Moldava nad Bodvou

tréner: Norbert Pecze

disciplína: 400 m

atletický vzor: Usain Bolt

záujmy: hokej (keď o tom tréner nevie), volejbal, motorky

umiestnenia na vrcholných podujatiach:

EYOF 2025 v Skopje: 7. na 400 m 48,62 (3. v I. rozbehu 48,37)

ME do 18 rokov 2026 v Rieti: 1. na 400 m 46,53 – dorastenecký rekord SR, 1. v semifinále 46,97 (1. v II. semifinále), 7. v rozbehoch 48,07 (1. v II. rozbehu)

(JM)

FOTO JAROSLAV SVOBODA, SAZ, JÁN SÚKUP

<https://www.atletika.sk/majster-europy-do-18-rokov-sebastian-karp-pred-rieti-som-vedel-ze-dokazem-byt-este-rychlejsi-a-chcem-byt-este-rychlejsi>