

Druhé miesto na Ultimate Championship neprevýšilo titul majsterky Európy, ale trofej by brala. Dostala som sa na úroveň, keď chcem od seba ešte viac, vraví Emma Zapletalová

Datum	14.9.2026
Subjekt	Slovenský atletický zväz
Autor	Juraj Marcinát
Kontakt	href="#top" href="https://www.instagram.com/atletikasvk/" href="https://www.facebook.com/atletikasvk/" href="https://www.youtube.com/channel/UCoLcaVjlOhqE_LqS1V1ooLw" href="https://twitter.com/slovakathletics" href="https://www.flickr.com/photos/148793312@N07/albums"
Region	Slowakei
Kategorie	Sport

„To, čo robila Peťa Vlhová s lyžovaním, Peter Sagan s cyklistikou či Nasta Kuzminová s biatlonom, to robí teraz Emma pre atletiku. Sme šťastní, že ju máme,“ privítal Emmu Zapletalovú viceprezident Slovenského atletického zväzu Matej Tóth po jej návrate z Ultimate Championship v Budapešti, kde rovnako ako 9 dní pred tým vo finále Diamantovej ligy potešila nielen slovenskú atletiku druhým miestom. Slová olympijského víťaza z Ria de Janeiro 2016 veľmi výstižne dokumentujú, akým fenoménom sa Emma Zapletalová stala počas ďalšej svojej skvelej sezóny.

„Vieme, že Emma a my s ňou sme túžili po trofeji, ale aj druhé miesto na svete je skvelé a ja jej gratulujem k tomu, ako to zvládla. Celá sezóna v Emminom podaní bola fenomenálna, hviezdna. Významná pre celú slovenskú atletiku. Jej zásluhou patrí medzi najsledovanejšie športy. Emma je úžasným vzorom pre mladých športovcov. Budeme sa snažiť naďalej jej vytvárať také podmienky, aby mohla športovať na tej najvyššej úrovni.“

Tri finálové behy v priebehu 33 dní. Birmingham – Brusel – Budapešť. V každom bojovala slovenská prekážkarka na 400 m o víťazstvo. V prvom finále, vopred označenom za hlavný cieľ sezóny – na ME v Birminghame 12. augusta – to vyšlo. V ďalších dvoch našla už nová európska šampiónka premožiteľky. V oboch prípadoch americké. V bruselskom finále Diamantovej ligy 4. septembra ju zdolala Anna Cockrellová a v nedeľu 13. septembra v Budapešti v súboji o titul prvej ultimatívnej majsterky sveta Jasmine Jonesová.

„Stále mám z finále zmiešané pocity. Viem, nemala by som byť nespokojná s druhým miestom. Ja chcem však viac, pretože viem, že víťazstvo bolo v mojich silách, nebolo to nič nedosiahnuteľné. Nepredviedla som však bezchybný, stopercentný výkon. Troška ma to škrie, pretože som mohla vyhrať, ale snád' to tak malo byť a veľké víťazstvo si nechám na neskôr. Idem krok za krokom,“ povedala Emma novinárom v sídle SAZ.

Jej trinásta a posledná prekážková štvorstovka ďalšej mimoriadne vydarenej sezóny vyvolala malé tokijské déjà vu. Takmer presne pred rokom (19. septembra 2025) bolo v cieľi finále majstrovstiev

sveta na Národnom štadióne v japonskej metropole poradie Jonesová – Zapletalová – Cockrellová. Ibaže na druhom až štvrtom mieste – za Femke Bolovou (dnes už osemstovkárskou špecialistkou Broedersovou-Bolovou). Slovenská rekordérka zakončila vtedy svoju „návratovú“ sezónu a zároveň prvý rok spolupráce s holandským koučom Bramom Petersom novým slovenským maximom 53,00. Po roku boli očakávania niekde inde. Už počas sezóny sa musela Ema naučiť pracovať s tlakom ktoré z nich vyplývali.

„V Budapešti to bolo s tlakom a očakávaniami predsa len iné ako v Birminghame. Vrchol som už mala úspešne za sebou. Opäť boli väčšie nervy pred semifinále, pretože sme pred ním pracovali s trénerom na úvodných prekážkach. V tréningu to išlo úžasne, ale zrazu som zapochybovala, či to dokážem preniesť aj do pretekov. Vo finále som už snažila vychutnať si atmosféru. Telo aj hlava už vedia, čo robiť, len sa netreba zbytočne zväzovať,“ porovnala Emma dva vrcholy.

„Ultimate bol nová skúsenosť. Sama celkom neviem, do akej kategórie toto podujatie zaradiť. Nie sú to pravé majstrovstvá sveta, pretože nemám z nich medailu, ale na druhej strane je to ešte niečo viac, pretože tam súťažili iba top športovci.“

Emme nad očakávania vyšiel úvod sezóny. Zaokrúhlených 53 sekúnd, s ktorými do nej vstupovala, vydržalo iba do prvého jej štartu v marockom Rabate (52,82). Ukrojila z neho celkovo trikrát, po Ríme (52,58) ešte 19. júna v Dauhe na súčasných 52,30, čo je medzisezónny posun o 7 desatín sekundy. Čas, ktorý z nitrianskej rodáčky robí šiestu najrýchlejšiu prekážkarku sveta na 400 m v dejinách, potom odolal v ďalších deviatich pretekoch. Vráťane dvoch birminghamských, kde však na ceste za vytúženým európskym zlatom a pod tlakom obrovských očakávaní nešlo o čas, ale o výsledok. Najbližšie k štvrtému rekordu bola Emma 21. augusta v Lausanne pri svojom piatom víťazstve v Diamantovej lige. Ďalšie už neprišli, v Zürichu bola proti deviatej prekážke a v Bruseli Anna Cockrellová, ktorá zosadila Slovenku aj z pozície líderky tabuliek.

„Myslím si, že som mohla byť aj tabulková jednotka. Svoj vrchol som mala v období ME. Napríklad na pétéeske som to mala veľmi rýchlo rozbehnuté, keby tam všetko vyšlo a nezakopla by som, mohla som byť prvá aj časom. Čas, ktorý sme mali s trénerom v hale, bol lepší ako 52,13 Anny Cockrellovej,“ tvrdí Športovkyňa roku 2025 na Slovensku.

Po sklamaní, že nezískala trofej s diamantom a „iba“ obhájila druhé miesto v najprestížnejšom atletickom seriáli, sa vedúca žena svetového renkingu (od 18. augusta) dokázala znova skoncentrovať. V „nadstavbe“ sezóny na prvých Ultimate Championship vyhrala semifinále v celkovo druhom najlepšom čase 52,93 a štart finálového behu organizátori uviedli práve vizitkou slovenskej šampiónky. Umelá inteligencia jej predpovedala druhé miesto a nemýlila sa, lenže neuhádla jej premožiteľku. Jasmine Jonesová mala vo svojej iba šiestej prekážkovej štvorstovke v sezóne najviac síl, výborne vyladila formu, na záverečnej stovke predstihla Cockrellovú aj Zapletalovú.

„Po Bruseli som bola veľmi sklamaná z umiestnenia aj nahnevaná zo svojho behu, pretože to nebolo maximum, čo som schopná bežať. Potom sme si s trénerom slúbili, že nech už Budapešť dopadne akokoľvek, nepodľahnem sklamaniu a nebudem mať hlavu v smútku. Aj tréner zhodnotil finále pozitívne, napriek zaváhaniu na deviatej prekážke.“

Jonesová vyfúkla obom favoritkám unikátnu trofej aj šek na 150 000 amerických dolárov. Emma si na historicky najlukratívnejšom atletickom podujatí dobehla po 75 000 USD, Cockrellová zinkasovala 40 000 USD.

„Pred Budapešťou som si vravela, že radšej by som získala trofej v Diamantovej lige ako 150 000 dolárov na Ultimate Championship. Ale Diamantová liga bude o rok znova, takže

teraz by som asi viac brala trofej z Ultimate. Trochu som zmenila názor,” priznala Emma a priblížila aj striedme oslavy druhého miesta na podujatí pre najlepších z najlepších.

„Na záverečnej párty som sa nezúčastnila, zvolila som pokojnejší večer. Po všetkých tých emóciách som usúdila, že sa nepotrebujem ísť vyjašiť. Boli sme sa spoločne navečerať a oddychovala som. Nebola to teda taká búrlivá noc ako vlani v Tokiu. (Smiech.)“

Aj keď Emma v stále sa rozširujúcej zbierke svojich úspechov kladie najvyššie vlašajšie striebro z MS v Tokiu, je neodškriepiteľné, že táto sezóna bola jej najlepšia. Zatiaľ čo v roku 2025 dokázala z dvanástich štartov vo svojej hlavnej disciplíne premeniť na víťazstvo tri (Brusel, Ženeva, TIPOS P-T-S v Banskej Bystrici), v tomto roku už z 13 pretekov vyhrala 9, z toho 5 v Diamantovej lige a 3 na vrcholných podujatiach (vrátane semifinále). Priemer jej časov dosiahnutých v roku 2025 bol 53,96, tento rok už 53,27, bez „výstredne“ najhoršieho výkonu v Záhrebe (55,82) dokonca 53,06.

„Je pekné, že v renkingu 400 m prekážok som prvá. Je to aj odraz konzistentnosti mojich výkonov počas celej sezóny. To ma obzvlášť teší, pretože si pamätám, že keď sme po minulej sezóne s trénerom hovorili o cieľoch, tak povedal, že bude rád, keď budem pravidelne behať za 53 sekúnd a možno raz v osobáku za 52. Ja som nakoniec sedemkrát bežala za 52, čo je výrazné zlepšenie. K úplnej spokojnosti chýbali iba jedny preteky, kde by všetko do seba zapadlo a vzišiel by z toho výnimočný čas, o ktorom sme vedeli, že je v mojich silách. V čase, keď som mala najlepšiu formu, som však vždy urobila nejakú chybu, dvakrát som zakopla. Tak snád' to príde budúci rok,” verí Emma.

„Najviac si cením výhru na majstrovstvách Európy, to bol hlavný cieľ sezóny. Podarilo sa mi to napriek tlaku, ktorý som dokázala ustať aj vo finále, hoci ani tam to nebol ideálny výkon. Zvíťazila som a postrážila som si nastavenie a veľké očakávania. Samozrejme, tiež osobný rekord 52,30 z Dauhe je pre mňa výnimočný. Veď som s ním na šiestom mieste v histórii. Dostala som sa však na úroveň, keď chcem od seba ešte viac.“

Pokiaľ ide o program práve skončenej sezóny 2026, slovenská rekordérka ho nevnímala ako prehnane náročný, aj keď pocitovala hendikep v porovnaní s americkými konkurentkami.

„Myslím si, že ohľadom naplánovania aj realizácie celej sezóny bolo všetko v poriadku. Nemáme si čo vyčítať. Tréner sa ma pýtal, či by som spravila niečo inak. Možno preteky v Záhrebe boli krokom späť. V ten deň som zrejme aj mentálne trochu zlyhala. Tie sme asi v danej fáze zrejme nemali ísť. Ak to porovnáme s Američankami, tie sa sústredili na Ultimate, boli vo výhode, pretože môj vrchol bol už na Európe. Nemyslím si, že štartov bolo veľa, cítila som sa stále dobre. Niekedy mi pomôže viac, keď sa vybehám, nájdem rytmus a po pretekoch vyhodnotíme, čo sa dá zlepšiť.“

Po sezóne prichádza čas na oddych, aj keď Petersova zverenka musela dlho uvažovať nad odpoveďou na otázku, ako využije voľný čas.

„Ešte si to ani úplne neuvedomujem, že je po sezóne, lebo bežne po pretekoch mávam deň voľna. Ale keď som včera išla po pretekoch za trénerom, tak som mu vravela, že sa idem vybehať, tak ma zastavil, aby som neblbla, že mám voľno. Zvykám si teda, že je po sezóne. Je to zmena. Zrazu po všetkých tých mesiacoch sústredenia vypnúť. Postupne teda musím nastaviť hlavu na oddych.“

„Čakajú ma približne tri týždne oddychu, nemám zatiaľ nič neplánované, od trénera mám voľnosť, môžem robiť, čo chcem. Rada by som si oddýchla, dobila baterky. Už teraz sa však teším na prípravu na novú sezónu. Fyzicky som sa cítila na tréningoch dobre až do

posledných pretekov. Ale po mentálnej stránke som vnímala, že hlave sa pracuje ťažšie a potrebuje vypnúť, aj keď telo stále fungovalo. Teším sa na bežný život normálneho človeka.“

Pred budúcou sezónou si Emma nekladie žiaden výkonnostný cieľ. Prioritou bude zvládnuť prechod na 14-krokový rytmus, ktorý sa ukázal ako nevyhnutnosť.

„Nerada hovorím o konkrétnych cieľoch a časoch. Snažím sa nezameriavať na konkrétny čas. V budúcej sezóne chcem popracovať najmä na 14-krokovom rytme, pretože verím, že by ma mohol posunúť opäť o niečo viac vpred, aby som bola ešte rýchlejšia. Nevravím, že s pätnástimi krokmi som sa vyslovene trápila, ale museli sme s trénerom hľadať cestu, aby som vedela frekvenčne šprintovať na prvých troch-štyroch prekážkach. Konkrétnu predstavu o čase však nemám. Nechám sa prekvapiť.“

Sprievodným a vo svetle jej výkonov tak trochu opomenutým až „samozrejým“ bonusom bruselského finále Diamantovej ligy bolo pre Emmu splnenie limitu na budúcoročné majstrovstvá sveta v Pekingu (54,00). Účasť na šampionáte si zabezpečila ako prvá zo slovenských atlétov, pre ktorých bude dosiahnutie mimoriadne prísnych kritérií poriadnou výzvou.

„Limits sú tak prísne nastavené, že k Emme sa dokáže pridať možno ešte Gabika Gajanová. Verím však, že naša slovenská špička a najmä semifinalisti z Birminghamu budú patriť medzi kandidátov na účasť a podarí sa im kvalifikovať na MS. Bude to pre nás skúška už aj smerom k olympijským hrám 2028 a naša snaha bude, aby sme v Los Angeles mali čo najviac športovcov,“ pripomenul Matej Tóth.

EMMA ZAPLETALOVÁ

DISCIPLÍNA: 400 m prek., doplnkovo 400 m, 200 m

DÁTUM A MIESTO NARODENIA: 24. marca 2000 v Nitre

ŠKOLA: Fakulta telesnej výchovy, športu a zdravia UMB v Banskej Bystrici, odbor telesná výchova a trénerstvo (od roku 2024, úspešne ukončené bakalárske štúdium)

KLUB: ŠK Dukla o. z. Banská Bystrica

VRCHOLOVÉ STREDISKO: VŠC Dukla Banská Bystrica

PRVÝ TRÉNER: Peter Žňava (2012 - 2024)

TRÉNER: Bram Peters (Holandsko)

OSOBNÉ REKORDY: 400 m prek. 52,30 - rekord SR (19. júna 2026 v Dauhe), 400 m 50,59 - rekord SR (16. júna 2026 v Ostrave), 400 m v hale 50,78 - rekord SR (8. februára 2026 v Metz), 200 m 22,67/-0,1 (25. júla 2026 v Banskej Bystrici)

NAJVÄČŠIE ÚSPECHY: 5. na MSJ 2018, 1. na ME do 23 rokov 2021, 15. (v semifinále) na OH 2021, 2. vo finále Diamantovej ligy 2025 a 2026, 3. na MS 2025, 1. na ME 2026, 5 víťazstiev na mítingoch Diamantovej ligy, 2. na Ultimate Championship 2026

OCENENIA: Objav roka v ankete Atlét roka 2020, Atlétka roka 2021, Atlétka roka 2025, Objav/Prekvapenie roka v ankete 2025, Športovkyňa roka 2025

EMMA ZAPLETALOVÁ V ROKU 2026

400 M PREKÁŽOK (13)

52,68 Budapešť (finále Ultimate Championship) 13. septembra - 2. miesto
52,93 Budapešť (semifinále Ultimate Championship) 12. septembra - 1. miesto
53,10 Brusel (finále DL) 4. septembra - 2. miesto
54,07 Zürich (DL) 27. augusta - 6. miesto
52,41 Lausanne (DL) 21. augusta - 1. miesto
52,91 Birmingham 12. augusta - 1. miesto (finále ME)
54,09 Birmingham 11. augusta - 1. miesto (semifinále ME)
53,70 Banská Bystrica 21. júla - 1. miesto (rekord TIPOS P-T-S)
55,82 Záhreb 26. júna - 5. miesto
52,30 Dauha (DL) 19. júna - 1. miesto (rekord SR)
53,13 Oslo (DL) 10. júna - 1. miesto
52,58 Rím (DL) 4. júna - 1. miesto (rekord SR)
52,82 Rabat (DL) 31. mája - 1. miesto (rekord SR)

400 M (VONKU)

50,59 Ostrava 16. júna - 4. miesto (rekord SR)

200 M (VONKU)

22,67 (-0,1) Banská Bystrica 25. júla - 1. miesto (finále M-SR, rekord SR)
23,09 (+1,9) Banská Bystrica 25. júla - 1. miesto (rozbeh M-SR)

400 M (HALA)

51,70 Toruň 20. marca - 2. miesto (rozbeh HMS)
50,90 Toruň 22. februára - 1. miesto
51,40 Liévin 19. februára - 1. miesto
50,78 Metz 8. februára - 2. miesto (rekord SR)
51,24 Ostrava - 3. miesto (rekord SR)
51,67 Gent - 1. miesto (rekord SR)

4×400 M (VONKU)

3:27,02 Birmingham 14. augusta – 6. miesto Slovensko /Korbová, Zapletalová, Gajanová, Ledecká/
(rozbehy, rekord SR)

4×400 M (HALA)

3:32,77 Toruň 22. marca – 6. miesto Slovensko /Ledecká, Korbová, Segečová, Zapletalová/ (finále)

3:29,87 Toruň 22. marca – 3. miesto Slovensko /Ledecká, Korbová, Segečová, Zapletalová/ (rozbehy,
rekord SR)

(JM)

<https://www.atletika.sk/druhe-miesto-na-ultimate-championship-neprevysilo-titul-majsterky-europy-al-e-trofej-by-brala-dostala-som-sa-na-uroven-ked-chcem-od-seba-este-viac-vravi-emma-zapletalova>