

# Á½IVOT JE PLNĀ• VĀ•ZEV

ĀĀEtrtek, 16 duben 2015

MĀĵ nejdraĀ¼&scaron;í minulou nedĀĵli ubĀĵhnul svĀĵ první maraton v Ā¼ivotĀĵ. Nenarodil se jako sportovní typ, nikdy se Ā¼ádnému sportu nevĀĵnoval, ale pĀĀmed nĀĵkolika lety zaĀĀal trochu bĀĵhat, aby krotil své &scaron;peky, vysezené na pracovĀ¼idli. ProstĀĵ bylo jasné, Ā¼e se musí trochu hýbat, pokud nechce mít zvý&scaron;ený tlak, obezitu na krku a funĀĵt u kaĀ¼dého schodu, který se mu dostane do cesty.

V uplynulých mĀĵsících peĀĵlivĀĵ trénoval, drĀ¼el se svého plánu, vydával se o nedĀĵlich na del&scaron;í a del&scaron;í traĀĵi kdyĀ¼ je neubĀĵhl celé, vydrĀ¼el a aspoĀĵ je do&scaron;el, jen aby nezklamal sám sebe. KdyĀ¼ jsem ho pak vidĀĵla probíhat cílovou rovinkou vídeĀĵského maratonu, byla jsem na nĀĵj hrdá jako snad nikdy. Dokázal to. UbĀĵhl celou trasu. PĀĀekonal sám sebe takovým zpĀĵsobem, Ā¼e se mi o tom mĀĵĀ¼e jen zdát.

VlastnĀĵ bych mĀĵla pĀĀiznat, Ā¼e jsem prvních &scaron;estnáct kilometrĀĵ bĀĵĀ¼ela s ním. Maratonská traĀĵ byla rozdĀĵĀĵtyĀĀmi nestejnĀĵ &scaron;tafetové úseky, takĀ¼e kdo si netroufal na celých 42 kilometrĀĵ a na&scaron;el k sobĀĵ dal&scaron;í tĀĀmi bĀĵĀ¼ce, mohl si atmosféru závodu uĀ¼ít i tak. VybĀĵhali jsme společnĀĵ s dal&scaron;ími 40 tisíci lidmi z mostu pĀĀes

BĀĵĀ¼eli jsme kolem obĀĀĵho ruského kola v zábavním parku Prater, pokračĀĵovali nekoneĀĵnĀĵ dlouhou rozkvĀĵající a se elegantními ulicemi do centra VídnĀĵ, uĀ¼ivali si pohledu na mĀĵstské parky a &scaron;iroké bulváry.

Na &scaron;estém kilometru jsem si ĀĀíkala, Ā¼e bych takhle mohla bĀĵĀ¼et tĀĀeba do veĀĵera. Nikde mĀĵ nic nebolelo, svĀĵtilo, váĀĵ lehký vĀĵtĀĀík, diváci povzbuzovali, skoro jsem nesly&scaron;ela svĀĵ dech, mĀĵla jsem sto chutĀĵí si svĀĵ úsek prodlouĀ¼it aspoĀĵ na pĀĀmaraton.

Na osmém kilometru se drahý zaĀĀal o&scaron;ívat, Ā¼e mu kazím tempo. Ā½e potĀĀebuĀ¼e bĀĵĀ¼et pomaleji, aby zvládl traĀĵ, a Ā¼e ho nevĀĵdomky nutím bĀĵĀ¼et rychleji. A aĀĵ jsem tak laskavá a bĀĵĀ¼ím napĀĀed. Trochu jsem tedy natáhla k VĀ¼dyĀĵ uĀ¼ jsem mĀĵla polovinu za sebou a cítila se skvĀĵle.

Na desátém kilometru jsem preventivnĀĵ snĀĵdla první su&scaron;enou datli, kterou jsem si zabalila s sebou. Rychlé ovocné cukry udrĀ¼ují síly, takĀ¼e jsou pohodový zdroj energie. DĀĵleĀ¼íté je sníst nĀĵco dĀĀív, neĀ¼ pĀĀijde náznak únavy.

Na dvanáctém kilometru jsem musela sníst dal&scaron;í datli a zaĀĀala jsem pochybovat o tom, Ā¼e nĀĵkdy dobĀĵhnu na pĀĀedĀĵku &scaron;tafety. My&scaron;lenky na zvládnutĀĵ pĀĀmaratonu mĀĵ zaĀĀaly rázem opou&scaron;tĀĵt.

Na ĀĀtrnáctém kilometru jsem dojeda poslední datli a váĀ¼nĀĵ pĀĀemý&scaron;lela o tom, Ā¼e zastavím, sednu si na obĀĀkám dva aĀ¼ tĀĀi dny, neĀ¼ se mi zase srovná dech do normálu a doplním síly. Stanice s pitĀĵm na patnáctém kilometru mi pĀĀipadala vzdálená na milion svĀĵtelných let.

Pak najednou bylo v dohledu místo, kde se pĀĀedĀĵvá &scaron;tafeta. ZapĀĵpal snĀĵmĀĵasomĀĵry, na traĀĵ za mĀĵ vybĀĵh dal&scaron;í obĀĵĀ¼ rekreaĀĵního bĀĵhu a já jsem byla upĀĀimnĀĵ &scaron;Āĵastná, Ā¼e to mám za sebou. Jak mĀĵĀ¼e nĀĵschopen ubĀĵhnout víc? TakĀ¼e jak jstĀĵ chápete, uĀ¼ jsem pĀĀihlĀĵená na svĀĵj první pĀĀmaraton. I kdybych mĀĵl kus trati ujĀĵt, ten pocit, Ā¼e ĀĵlovĀĵk pĀĀekoná nĀĵco dĀĀív nemyslitelného, je jedna z nejsilnĀĵj&scaron;ích emocĀĵí v ĀĀto si ji Āĵas od Āĵasu dopĀĀát. JANA FLORENTÝNA ZATLOUKALOVĀ