

Šest dní, jedna ryba, tři góly a 527km.

Asi tak se dá stručně charakterizovat moje návštěva jihofrancouzského města Antibes. Naštivil jsem tam totiž jako aktivní účastník festival. Ne hudební, ani filmový, ale ultravytrvalecký, který se skládal z běžeckých a chodeckých závodů na 6 dní neboli 144 hodin, dále na 48 hodin a poslední den se přidali i akteři závodu nejkratšího, přímo ultrafestivalového sprintu na 24 hodin. Já jsem si jako vůbec první český chodec v historii vybral trať nejdlejší.



závod se konal na okruhu u pevnosti Fort Carée



na pohled krásný okruh byl velmi náročný

Když jsem někdy v juniorském věku šel jeden delší trénink, představoval jsem si, že právě jdu slavný závod Paříž-Colmar a že v rozhlase naši sportovní komentátoři pravidelně informují o mých ušlých kilometrech. Teď se mi můj dávno zapomenutý sen najednou vybavil a přiblížil, měl jsem totiž dohodnutou každodenní relaci s redaktorem Boleslavského deníku Pepou Štajnerem. Chyběl už jenom malý detail – přežít šest dní a nocí na závodním okruhu. A jak titulek článku napovídá, sen se stal skutečností.



portrét na www stránkách závodu



moje technické zázemí v autě



kouč Petr Kulíšek se zařídil ve stanu

Závod byl odstartován v neděli 6. června v 16 hodin za počasí vhodného spíše na pláž. Pochvaloval jsem si, že do toho vedra fouká aspoň svěží větřík od moře, bude se dobře dýchat. To jsem ještě netušil, že ten větřík bude sílit a sílit, takže ho v druhé polovině závodu budu mít plné zuby. On už pan Horníček kdysi napsal, že pravý mistrál k Provence neodmyslitelně patří. Čtvrtý a pátý den to už snad ani nebyl mistrál, ale uragán, který boural stany a hnal vlny z moře až na silnici. No a když se mistrál vyřádil, poslední půlden pak vládlo naprosté bezvětří, takže jsme se ještě pěkně vypotili a opálili...



Při pohledu na startovní listinu jsem usoudil, že poslední bych být určitě neměl, ale proniknout do první desítky že se mi asi nepodaří. Nic ale nemohlo být předem jasné, protože asi polovina z nás šla takhle dlouhý závod poprvé a 6 dní je přece jenom 6x více než 24hodinovky, na které jsme zvyklí. Tipoval jsem, že na desáté místo bude nutno ujít nejméně 500km, a to by pro mne zase nemuselo být tak nereálné. Vůbec jsem ale netušil, jak si rozvrhnout síly a jak volit přestávky, prostě jsem nechal tělo, ať si řekne samo.

Na šestidenní pouť vyrazilo 80 běžců a běžkyň, 20 chodců, z toho 4 ženy a jeden čtyřčlenný chodecký tým, který šel závod štafetovým způsobem. Nebyly stanoveny žádné limity, závodníci si mohli pauzovat či spát dle libosti. V pevně stanovených časech nám byly podávány snídaně, obědy a večere. Samozřejmě po celou dobu závodu byla k dispozici dobře zásobená občerstvovací stanice.

Já jsem první noc šel prakticky celou a hodinovou pauzu jsem si dopřál až po absolvování 100km, což bylo asi po 18 hodinách. Mezitím jsem ale často přezouval, převlékal, přemazával nohy a vyklepával boty, protože větší část okruhu vedla terénem (šterk, šotolina), kamínky a písek nemilosrdně lezly do bot. Teprve v druhé polovině závodu jsem pak přišel na to, že šedivé elastáky mám dost dlouhé na to, aby mi překryly alespoň část boty. Poučení pro příště – chce to mít návleky na boty! Navíc chodecký krok v terénu postrádá stabilitu, a to se také nutně projeví na chodidlech. Což v součtu znamenalo, že první puchýře jsem si vyšlapal hned první noc. A představa, že s tím mám chodit ještě přes pět dní, byla dost děsivá. Ale nebyl jsem sám, na ten terén pak nadávali všichni.



Několik ukázek z mého šatníku

Za prvních 24 hodin jsem absolvoval 117km a zkusil jsem si na chvíli zavřít oči. Nechtěl jsem však přijít o večeri, tak jsem byl za dvě hodiny zase na trati. A po jídle že zkusím volnějším tempem vydržet co nejdéle. Původní představa, že budu chodit hlavně v noci a přes den v tom vedru budu spát, však rychle vzala za své. Puchýře na chodidlech byly totiž větší a větší a každý kamínek na trati pro mne byl jak ten hrášek pro princeznu. A protože zrovna ta nejhorší část okruhu byla nejhůře osvětlena, uzrálo rozhodnutí ještě před půlnocí – jdu spát a pokračuju až za světla. Byla teplá noc a vítr byl ještě snesitelný, tak mi kouč Petr ustlal na zemi u auta a sám se odebral do svého vůdcova hlavního stanu.

Místo prášku na spaní jsem si otevřel plechovku Gambáče, zul jsem si boty a hrábnul pro suché triko. Tím trikem jsem si ovšem shodil tu otevřenou plechovku a podle zákona schválnosti přesně do boty a ještě tím otvorem dolů. Než jsem se bleskurychle sehnul, půl prášku na spaní už vyteklo botou ven. Musím podotknout, že když ta bota potom uschla, byla proti té druhé, zaprášené, čistě bílá. Takže nejen prášek na spaní, ale taky na praní. No a já si pak chvíli připadal jako velký blondýn s černou botou, pokud tedy mé šediny lze optimisticky nazvat blond...

Probudil jsem se až těsně před snídaní a cítil jsem se výborně. Tedy do té doby než jsem se postavil na nohy. Náplastě Compeed mi sice velmi pomohly, ale puchýře už si začaly razit cestu okolo nich. No, nějak jsem se pak rozešel a těsně před 48. hodinou jsem překonal hranici 200km. S menšími přestávkami jsem to pak vydržel až hodně přes půlnoc. Jsem zvyklý vždy v noci chodit s muzikou v uších a pro těch 6 nocí jsem si ji připravil opravdu hodně. Ani jsem ji pak nestačil všechnu přehrát, díky nočnímu polehávání. Tentokrát jsem zvolil nocleh ve společném velkém stanu, kde ovšem byly obrovské nafukovací matrace připomínající spíše čluny na rozbouraném moři a než jsem přišel na techniku, jak se otočit z boku na bok, byl jsem několikrát katapultován na zem. Moc jsem toho tedy nenaspal, ale za odpočinek se to považovat dalo.

Rozejít se na těch bolavých puchýřích trvalo vždycky tak 2-3 km a po zastávce na snídani znovu. Takže jsem se rozhodl, že nadále si budu sedat pouze k večeri a snídat či obědovat zvládnou za chůze. Do jedné ruky půl bagety s máslem, do druhé misku s kafem a při obědě obdobně pár plátků šunky a misku s bramborovou kaší. Jídelníček byl bohatší, ale já nechtěl zbytečně provokovat žaludek, který ovšem celých 6 dní pracoval na výbornou, nesouhlas projevilo pouze s ovocným kompotem, který

jsem jednou v noci zkusil. Ale zásadně proti zase nebyl, tak jsem nakonec rozhodil i ten. A musím pochválit i ostatní moje vnitřnosti, taky mi nezpůsobily žádné problémy.

Ke konci třetího dne jsem sice už měl něco přes 280km, ale vzhledem ke stále více a více rozbitým chodidlům se sen o dosažení hranice 500km začal vzdalovat. Rozhodl jsem se tedy pro radikální řez, a to doslova. Skalpelem vybaveni tam byli trvale v pohotovosti dva specialisté. Takže jsem péči o své nohy svěřil do rukavic odborníků. Jak to vypadalo předtím a potom, je vidět na fotkách. S takhle obvázanýma nohama jsem pak absolvoval druhou půlku závodu. Po lékařském zákroku jsem si tedy dopřál klid až do večere a pak jsem volným tempem pokračoval asi do dvou hodin v noci. Opět jsem volil odpočinek ve společném stanu, tentokrát mi ale už Petr ustlal na mých matracích, takže jsem si asi 3-4 hodiny schrupnul.



A zase vstávat a do práce, nepřišel jsem se sem opalovat, i když vlastně taky trochu jo, ani jsem nemusel chtít. S pořadím jsem si prozatím starosti nedělal, osciloval jsem mezi 7. a 12. místem, to se měnilo podle toho, jak kdo pauzoval a mně šlo hlavně o to, abych ten závod absolvoval až do konce. Takže jsem čtvrtý den určil jako odpočinkový a volnějším tempem jsem ušel „jenom“ 74km. To už se neustále sílící víchř stával velmi nepříjemným a ještě po celý další den nám ztěžoval postup kroky vpřed. Proto jsem ani pátý den neušel o moc víc kilometrů a přitom jsem postoupil v pořadí až na sedmé místo. A to ke mně ještě na výsledkové tabuli závratným tempem couval hlavní favorit závodu, maďarský olympionik Czukor, na kterého jsem měl v polovině závodu už ztrátu 50km! Zatímco jemu viditelně došly síly, já jsem až na ty puchýře byl stále ve velmi dobré náladě! Každý náznak svalové bolesti jsem řešil nalepením kousku kapsicínové náplasti a ono to zjevně fungovalo. Když to začne pálit, tak ta bolest pod tím je zanedbatelná. Hlavně to ale příslušnou oblast prokrví, a to pomáhá.



takhle mne občerstvoval Petr



z erární občerstvovačky jsem hlavně pil



a na noc vestu

Po čtyřech dnech startovní pole na okruhu zhoustlo díky účastníkům závodu na 48 hodin, mezi kterými byl i můj dlouholetý kamarád a soupeř Emmanuel Tardi. Ten však nepřišel s velkými ambicemi a ochotně se mnou absolvoval několik okruhů mým tempem, abychom si trochu popovídali a dal mi na chvíli zapomenout na puchýře. Ono to takhle fungovalo i s dalšími chodci a běžci, že jsme občas přizpůsobili tempo jeden druhému a pár kol spolu vedli dialog, případně monolog. Anglicky, francouzsky, německy, dokonce i slovensky, protože jeden z „francouzských“ běžců pocházel ze Slovenska. Jenom s italkou Angelou jsem si moc nepokecal a přitom ona se pořád tolik snažila...



S Emmanuelem na trati

Předposlední noc jsem si zdřímnul jen krátce v autě, ani jsem nesundával boty, protože jsem měl opodstatněný pocit, že bych je pak už nemusel obout. Během dopoledne jsem překročil hranici 400km a už jsem si byl jistý, že to pětikilo dám. Já už to těch pár zbývajících hodin vydržím, jen aby k tomu stejně přistupovaly i mé svaly a klouby a další orgány. A každou chvíli jsem očekával příjezd mého ultravytrvaleckého spolubojovníka Romana Psůtky z Domažlic, který měl odpoledne odstartovat ve 24hodinovce.

Měl, ale neodstartoval. Přijel krátce po poledni a neměl potvrzení od lékaře ani českou registraci, kterou tady respektují, a proto musel absolvovat vyšetření na místě. Doktor, který měl neustále plné ruce práce s ošetřováním puchýřů, mu nejprve změřil tlak a dál už ani nepokračoval. Vysoký tlak - zákaz startu. Po chvíli odpočinku ještě měření opakoval, ale to Romanovi z rozčilení tlak spíše ještě stoupl. Nepomohly ani intervence u ředitele závodu, ani přímluvy dalších závodníků a činovníků, že Roman je zkušený, ostřílený bojovník. Doktora to nedojalo a souhlas by vydal, pouze kdyby si Roman zajel do města nechat natočit EKG a jeho výsledek by byl v pořádku. Což ovšem necelé dvě hodiny před startem a v cizím městě byl požadavek v podstatě nesplnitelný. Nakonec jsme společně usoudili, že doktor asi ví, co dělá, a co když Roman opravdu není úplně v pořádku? Raději tedy nic neriskovat a když už jsme na Azurovém pobřeží, tak si z toho uděláme výlet. Sice trochu drahý, ale aspoň něco, na rozdíl ode mne, který moře ani neokusil...



Roman přijel s rodinou jen na výlet

Tím dohadováním ale silně stoupl i můj adrenalin a snad proto se mi začalo nějak lépe chodit. A také se najednou objevila nová motivace, bylo nás tam totiž teoretických 6 adeptů na páté místo. A tak jsme začali do posledních 24 hodin naplno závodit a vzájemně se hlídat, kdo jak pauzuje. Naplánoval jsem si rozhodující úder na noc a vyšlo to. Nasadil jsem si do uší svoji nejoblíbenější muziku, chytil její rytmus a zastavil jen v půl třetí v noci na půlhodinový odpočinek. To už jsem se propracoval na šesté místo a jen pátý Patrick Lailler ještě odolával mému tempu a jeho náskok se mi nedařilo zkracovat. A vypadalo to, že má ještě dost sil. A měl...

Díky tomu nočnímu běsnění jsem vysněnou hranici 500km překonal už v 7.45 ráno a do cíle zbývalo ještě přes 8 hodin! A konečně mě kromě puchýřů začal pořádně bolet taky zbytek těla. Nejvíce jsem cítil úpony na levé holeni a jak jsem se snažil nohu odlehčit, začal jsem se nezadržitelně kácet na pravou stranu. Nebylo divu, vždyť jsem pátou stovku kilometrů dokázal zajít pod 22 hodin! Ale chtěl-li jsem udržet to krásné šesté místo, nesměl jsem už moc zastavovat. Taky jsem věděl, že moje chodidla už nutně potřebují další odborné ošetření, ale to jsem se snažil odložit co nejdále, protože jsem si uvědomoval, že potom už toho moc nenachodím, jestli vůbec něco.



sedmá dráha změnila barvu



průchod cílem do posledního dne



závěr závodu, už se kácím doprava

V čase oběda jsem měl na poslední dva stíhače, kteří mne ještě mohli ohrozit, náskok více než 10km a protože jsem už nutně potřeboval aspoň na chvíli odpočinout, řekl jsem si, že spojím užitečné s užitečným, sednu si v klidu na oběd a hned po něm se stavím u ořezávače puchýřů. Petr mi tam donesl sandály, protože do maratonek jsem se podle očekávání už nevešel. Neměl jsem už v prstech a v chodidlech skoro žádný cit, takže mi pantofle hned začaly padat z nohou, a když to doktor uviděl, zavolal si mne zpět a pantofle mi prostě přivázal k noze leukoplasty. Došel jsem takto asi 400m k našemu autu a usoudil, že takhle by to tedy dál nešlo. Chvilí jsem o tom pak vleže přemýšlel a mezitím poslal Petra zjistit situaci na trati. A ten nepřinesl dobrou zprávu. Osmý Jean Claude Courcy už je smířen s tím, že mne v tomto závodě neporazí a jde volně, zato sedmý Thierry Lebrun, nejmladší chodec v soutěži (30 let), vycítil šanci a jde jako o život. Což znamenalo zase vstát a ujít ještě aspoň 10km.

Požádal jsem tedy Petra, ať se chvíli věnuje uměleckému řezbářství a svým pěkným nožikem mi upraví na míru jedny staré maratónky, které jsem pro tento případ doma přibalil. Povedlo se mu to dokonale a já zase nastoupil na trať. A když jsem se po pár metrech míjel v protisměru s Thierrym, ten jen mávl rukou a přešel do turistického tempa, čímž mi dal najevo, že se o šesté místo už nemusím obávat, bylo mu jasné, že mi stačí jít úplně volně a on už to nemůže do konce závodu stihnout. Poslední hodina závodu už byla taková přátelská, každý se s každým zdravil, každý každému gratuloval, najednou už nezáleželo na těch posledních pár kilometrech, prostě jsme byli jedna velká parta, která spolu strávila perných šest dní. Na trati se objevily hromádky kamení, které znamenaly, že každý závodník si při závěrečném výstřelu sundá startovní číslo s čipem, položí jej tam, kam právě došel, a zatíží kamenem. Rozhodčí si pak už ty zbývající metry doměří. Mně nakonec naměřili **526km a 928m**. Což se pro potřeby zpravodajství směle zaokrouhluje na 527km.



Pozorný čtenář se teď nutně zeptá: „Šest dní a kilometry už tedy máme, ale co ta ryba a ty góly v titulku?“ Vidíte, málem bych na ně zapoměl. Část okruhu vedla přímo nad mořským břehem, kde neustále vysedávalo několik rybářů, a já, náruživý rybolovec, jsem při každém okruhu pozoroval, jestli nemají nějaký záběr. A dočkal jsem se až pátý den. Dokonce jsem i zpomalil, abych viděl, na jakou rybu to tady vlastně všichni čekají. Byl to opravdu povedený kousek, ta měla tak 20-25cm. Hned mi to naše šestidenní kroužení po okruhu připadalo smysluplnější.

Ve stejném místě okruhu jsme z druhé strany obcházeli dvě hrany fotbalového stadionu, pochopitelně oploceného, protože taková rána míčem by pro chodce či běžce po tom množství kilometrů mohla být smrtelná. Nehledě na to, že by balón museli furt lovit v moři. Ve středu večer se tam hrál nějaký mistrák, červení proti modrým. A tady jsem na rozdíl od rybolovu měl zase neuvěřitelné štěstí. Zřejmě si mě oba týmy vybraly za maskota nebo za terč, protože třikrát jsem šel kolem brány, když do ní zrovna padl gól. Nevím, kolik gólů padlo celkem v utkání, ale jestli to bylo 2:1, tak jsem teda klikař.

Svou roli si zahrál i černý králík, který nám jednou v noci chvíli běhal po trati, ale ten se mi už do titulku nevešel. Když jsme při závěrečné večeři seděli u stolu s maďary, zeptal jsem mne Zoltán Czukor, jestli jsem taky viděl toho černého králíka. Když jsem odpověděl, že jo a dokonce dvakrát, maďarský šéf nám odsunul pivo a prohlásil: „Kluci, vy dva už přestaňte chlastat...“ Musím zde podotknout, že s oběma se znám už přes 20 let.



vzájemná gratulace s druhým v pořadí, Le Domem Naumoviczem



Šesté místo v této konkurenci bylo až neuvěřitelné

Závěr závodu byl ve znamení vlajek, já jsem s tou naší v cíli nebyl pořádně vidět na žádné fotce, tak jsem se do ní zahalil ještě chvíli po závodě, hrála stejně jako to šesté místo.



Celých šest dní bylo možno závod sledovat online na internetu, neboť v cíli okruhu byla instalována kamera, stejně tak byly neustále aktualizovány průběžné výsledky. Na www stránkách byl umístěn formulář, kde bylo možno závodníkům posílat vzkazy, tyto „emaily“ jsme pak několikrát denně dostávali v tištěné podobě. Kromě toho jsem občas absolvoval nějaký okruh s mobilem na uchu, abych úplně neztratil kontakt s okolním světem. Při tom tempu se to dalo zvládnout. Jednotlivé denní dávky kilometrů po 24 hodinách byly 117, 84, 81, 74, 76 a 95. Svým výkonem jsem se zařadil na 10.místo dlouhodobých světových tabulek!

Má radost z dosaženého výkonu byla následně zkalena přístupem médií, kdy ČTK moji zprávu ztratila, následné zaslání sice potvrdila, ale stále nezveřejnila, a teprve po 7 urgencích mi napsali, že zpráva již není aktuální. Domnívám se, že takový výkon je aktuální tak dlouho, dokud ho někdo nepřekoná. Tím se ale zpráva nikam dále nedostala, takže „exkluzivitu“ měl jen Boleslavský deník.

Také rozhodnutí Rady města o tom, že mi na cestu nijak nepřispějí, mi na náladě nepřidalo. To mám za to, že přes 30 let reprezentuji toto město a nikdy jsem nic nechtěl. Přitom rozdávají dotace na všechny strany. No, budu teď žádat pravidelně o příspěvek na všechny zahraniční starty, ono se třeba něco ujme...

A nakonec poděkování všem, kteří se o můj úspěch zasloužili:

Především děkuji svému tělu, že to se mnou celou dobu vydrželo. Za to mohou taky moji údržbáři, kteří o mé svaly a klouby pravidelně pečují – maséři **Tomáš Kestner** a **Monika Choděrová**.

Po celý závod se o mne obětavě staral kamarád muzikant **Petr Kulíšek**, který i bezpečně odřídil celou cestu tam i zpět. Ostatní závodníci měli většinou několikačlenné týmy!

Každé ráno mne bombardoval SMSkami **Vlastík Haničák**, a tím mne vždy správně nastartoval do nového dne. Stejně tak mi dodávaly energii všechny další SMS a emaily, které jsem dostával, děkuji všem, ale nemohu je zde vypisovat jednotlivě.

Energii mi dodávaly také výrobky firmy **NUTREND**, od které jsem obdržel požadované prostředky darem, a další jsem si pak se slevou zakoupil u firmy **AMINOSTAR**. Nějaké ty „iontové“ nápoje věnoval i pivovar **HOLBA**.

Kvalitními krémy a masážními prostředky mne vybavila firma **SPORTIQUE-PRAHA**.

Za finanční přispění děkuji firmám **SMOLA KONSTRUKCE s.r.o.**, **TLB UNION s.r.o.**, **ADRIA** a úklidové firmě **MAX**.

