Ze šatů a lodiček na lyže

Běžecké lyžování, ne, to není to se zbraní na zádech. Je to čistě jen běh na lyžích, nádherný zimní sport, který může fungovat i jako aktivní odpočinek. A navíc je zdraví prospěšný. Jen musí napadnout sníh, kterého v českých horách za poslední roky opravdu moc nebylo.

Běžecké lyžování má dva styly – klasický a volný, různé vzdálenosti – sprint (ve světovém poháru 1,6 km), prolog (3 km), 5 km, 10 km, skiatlon na 15 km, 15 km, 30 km. A různé typy startů – intervalově, hromadně, stíhačka. A také týmové závody – team sprint a štafeta. Pestrá škála disciplín, že? Instruktorka sportu OLYMPU CS MV Petra Nováková (*1993), česká reprezentantka v běhu na lyžích, jezdí všechny disciplíny.

„Začínala jsem s tímto sportem už jako malá, moje maminka závodně lyžovala, táta zase sjezdoval. Vždyť od dětství bydlím v krušnohorské vesničce, takže k pohybu a přírodě jsem měla od malička víc než blízko. Běžecké lyžování jsem do střední školy kombinovala s horským kolem. Pak ale přišlo zásadní rozhodnutí – běh, nebo kolo? A o pár let později jsem se rozhodovala znovu: pokračovat, nebo ne? Protože tehdy se „lámal chleba“ – už nešlo jen o nějaké lyžování, začalo jít o profesi,“ vypráví Petra Nováková, jak její profesní dráha začala.

„Od roku 2013 závodím hlavně ve světovém poháru, na Tour de Ski, mistrovstvích světa, olympijských hrách. S větší prestiží závodů přichází u některých lyžařů zvýšená nervozita před startem. Mám to nejspíš úplně naopak, před „světákovým“ závodem mnou necloumá nervozita (tedy většinou), spíš se těším na svou jízdu. Pořád věřím a mám takový silný vnitřní pocit, že jednou ukážu, co ve mně dřímá,“ pokračuje mladá sportovkyně. Za tím

Největší úspěchy

2014
- **ZOH Soči**
  - 10. místo ve štafetě 4 x 5 km
  - 24. místo sprint volnou technikou

2016
- **MS do 23 let** – 3. místo 10 km klasicky
- **MM** – 4. místo, 30 km klasicky
- **SP** – 6. místo ve skiatlonu

2018
- **MS** – 11. místo ve štafetě 4 x 5 km
- **SP** – 9. místo stíhací závod 10 km volně
- **ZOH Pchjongčchang**
  - 11. místo ve štafetě 4 x 5 km
  - 11. místo v týmovém sprintu dvojic

Zajímavost z lyžařské stopy

Soupeřka mi kopla špičkou lyže do vázání, mně se otevřelo a já následující krok už udělala bez lyže a musela si pro ni doběhnout pod kopec. Nebo jsem si během startu vykloubila rameno a musela jsem na operaci s kloubním pouzdrem.

Foto na dvoustraně archiv Petry Novákové a Pavel Lebeda

vším samozřejmě stojí mnohaletá tréninková dřina. Letní příprava je dlouhá a náročná, od 1. května do konce listopadu. A poslední víkend v listopadu startuje světový pohár. Závodní sezona trvá do konce března. „Odjet na dovolenou můžu tedy v dubnu. Ale moment, to chodím do školy a laborek. Škoda, na dovolenou asi pojedu, až dostuduji vysokou školu," neztrácí závodnice humor.

K dobrému závodu patří i dobře namazané lyže

„To je prací servismanů, i nás závodníků. Vlastním 41 párů lyží (19 klasických, 19 na bruslení, 3 mikra). Podle počasí se lyže testují již den před závodem, pak i v den závodu. To znamená, že se závodníci na závodišti objevují už dvě hodiny před startem (servismani i pět hodin před startem!). Do testu si vyberu šest párů lyží a z tohoto počtu si po projetí na sněhu vyberu ty nejrychlejší a nejpříjemnější na pocit," vysvětluje Petra a rovnou pokračuje: „Servismani k tomu testují ještě skluzové vosky (před závodem ve volném stylu) a skluzové i stoupací vosky (před závodem klasicky). Půl hodiny před startem máme lyže naparafínované, naprášené, prostě navoskované. A závodník se na nich ještě rychle sveze. Pak už se řadíme do předstartovního prostoru. V tomhle množství činností, které před samotným startem musím ještě udělat, vlastně ani nestíhám myslet na to, že bych mohla být nervózní," zamýšlí se Petra.

Petra je cílevědomá a pilná nejen ve sportu

„Ve svých volných chvílích usedám ke skriptům. Studuji forenzní biologickou analýzu na VŠCHT, jsem bakalářkou a pomalu píšu diplomku. Je to často dost náročné. Ostatní jdou třeba do kina, setkávají se s přáteli, já sleduji velikosti píků, které jsem analyzovala na HPLC-MS," popisuje běžkařka své ambice. A jak by se zhodnotila? Jaké jsou její silné stránky?

„Silnou stránkou je má cílevědomost a pilnost. Sport mě naučil mnoho věcí, které dokážu využít i v běžném životě. V poslední době ale cítím, že mi vzal mladá léta – nechodila jsem na diskotéky, do kina, netrávila jsem čas s přáteli, nejela jsem pořádně na dovolenou. Neustále jsem v jednom kole (a to i kvůli studiu). Znalosti ze studia využívám i ve sportu, dává mi velký smysl tím, že vím, jak funguje biochemie v organismu."

Jejím zájmem je i hudba

„O Vánocích a při rodinných oslavách narozenin zabrnkám na klavír nebo zahraju na příčnou flétnu – asi 10 let jsem docházela do ZUŠky. Ráda se pěkně oblékám a nosím podpatky – po týdnech v propocených teplákách je to jedna z forem mého relaxu," pokračuje Petra ve výčtu svých zájmů. A její cíle?

„V následujících letech bych moc ráda dostudovala vysokou školu. Chci bojovat o co nejlepší umístění na MS 2019 v Seefeldu. Profesionálně závodit bych chtěla minimálně do příštích olympijských her. Ale vždy mám na mysli: člověk míní, život mění. Takže k plánům se neupínám, jen mi určují směr."

Marie Poláková