

Sáhnutí si na dno svých fyzických a psychických sil? Nevím, to záleží, jak hluboko to dno je, ale hrábnutí to bylo opravdu hluboký! A jak je u mě zvykem opět za to mohlo velmi teplé počasí! Ale nepředbíhejme a pěkně popořádku. Do malebného Švýcarského městečka Grächen jsme s manželkou a nejmladší dcerou dorazili ve čtvrtek večer, ubytovali se a vyrazili na prohlídku města. Asi tři hodiny po nás přijel i Miloš s Danou. V pátek dopoledne jsme si zajeli do St. Niklaus pro startovní čísla a odpoledne všichni společně vyšli na procházku k hotelu Zum See. Tam jsme si vyzkoušeli Kneippovi koupele ve studené, no spíš ledové, vodě. Je ale pravda, že to příjemně osvěžilo a nohám ulevilo. Potom jsme se vydali přírodní sportovní stezkou pod názvem "Zurich vitaparcours", která se skládá z několika stanovišť, na kterých provádíte různé cviky při využití náčiní vyrobeného z přírodních materiálů. Odpoledne uteklo jako voda a večer honem na kutě.

Sobota 4. července 2009 den konání 8. Zermatt Marathonu

Ráno jsem si dal předmaratónskou snídani, oblékl se do běžeckého a v 8.45 jsme odjeli na start. Tam jsme se sešli s Alešem Tvrzníkem z "Casri", který ustrojil Miloše do speciálního měřicího zařízení, které nesl kolem pasu, a do bot mu vedly drátky ukončené speciálními vložkami. Ty mu během běhu snímaly síly dopadu a odrazu. Po této malé šou pro ostatní běžce jsme se přidali k davu na startu. Jako první odstartovala elitní skupina běžců s největším favoritem Jonathanem Wyattem z Nového Zélandu. V 9.37 zazněl výstřel i pro nás a víc jak tisícíhlavý dav se dává do pohybu. Kousek po startu se otáčíme do protisměru a probíháme úzkými uličkami St. Niklaus a dál směr Zermatt. Ihned od začátku trasa stoupá, ale to by nevadilo. Horší je, že od samého začátku do nás praží sluníčko a postupně ze mě vycucává veškerou energii. Od první občerstvovací stanice se snažím hodně doplňovat tekutiny, míchám vodu s iontem, ale slunce je silnější. Brzy mi je jasné, že se nebude bojovat jen s časem! Jsme zhruba na nějakém 13 km a najednou vidím jak, podél cesty leží první běžec a už jsou u něj lidé a dávají mu první pomoc, říkám si: "No to to brzy začíná". Stále stoupáme a pomalu se blížíme do Zermattu kde je cíl půlmaratonu. Zermattem probíháme za nepřetržitého povzbuzování diváků a vyhrávání místní dechové kapely. Míjí mě tu Miloš a já na jeho otázku, jak to jde, odpovídám jen nadávkou na vedro. Opouštíme město a tady začíná opravdu první vážné stoupání. Míjím první běžce, kteří přecházejí do chůze, netrvá dlouho a přidávám se taky. Ohlížím se za sebe a naskýtá se pohled na Zermatt, který tu máte jak na dlani. Postupně střídám chůzi s během a stále prudce stoupáme, jsem zhruba na nějakém třicátém kilometru a začínám cítit na plicích nepříjemné pálení a dýchání se podstatně zhoršuje. Kontroluji výšku na hodinkách a jsme ve 2170 m nad mořem. Je mi jasné, že se začíná projevovat řidší vzduch a k tomu stále úraduje pálení sluníčko. Přecházím opět do chůze a doufám, že se pálení co nejdříve ztratí. Smůla je, že zrovna přišla na řadu mírnější část a já musím jít. Docházím na občerstvovací stanici, liji do sebe opět vodu s iontem a poprvé tu při maratónu také zkouším vypít bujón. Jak se za chvíli ukáže, byla to dobrá volba a tak si ho беру na každé občerstvovačce, kde je k dispozici. Pokračuji v běhu, jestli se tomu dá ještě říkat běh a stále se

dívám směrem na Matterhorn. Mám ale smůlu, do nás pere slunce a Matterhorn je zabalen do mraků a tak není ani pořádně vidět. Běžíme "lehčí" pasáží kolem horského jezera a postupně se blížíme k cíli. Na 39,5 km dobíhám na poslední občerstvovací stanici u hotelu Rifellalp, vyhrává muzika, lidé povzbuzují jménem, tleskají a ženou vás dopředu. A najednou to přijde! Prudké odbočení doleva a najednou tu je neuvěřitelné stoupání až do cíle. Tady si uvědomuji, že jsem teprve ve 2222 m n.m. a cíl je ve 2582 m n.m. Následuje opět chůze, po 1 km stojí stan a tady dostáváme chlazenou vodu v pet lahvi, říkám si, jak to v tom vedru udrželi chlazený. V tu chvíli je to jako živá voda. Po dalším kilometru přichází vysněný vrchol a posledních pár metrů seběhu do cíle ve stanici Riffelberg. Těsně před cílem ještě předbívám dva běžce a probíhám cílovou branou. Unavený ale šťastný, druhý díl trilogie s názvem "Mountain Marathon Cup" je za námi. Ihned za cílem mi sundávají čip a jdu se postavit do fronty na colu, iont a nějaké sušenky. Vše ve mě zmizí během chvíle a pokračuji frontou pro medaili a pěkné triko. Už s vyzvednutým pytlím s osobními věcmi potkávám Miloše, vyměňujeme si první postřehy a nadáváme na vedro. Po sprše potkáváme ještě Vaška Krejsu, který tu běžel svůj 350. maraton, poblahopřejeme si, prohodíme pár slov a odcházíme na vláček, který nás odveze zpět do Zermattu. Jen jsme se do něj posadili tak se venku zatáhlo a začalo drobně pršet. No to byl zákon schválnosti! Můj boj s počasím tu asi nejlépe vystihla moje manželka, která po skončení Milošovi prohlásila, že si myslela, že v tom vedru umřu. Je vidět, že mě za těch 22 let už velmi dobře zná a ví, jak nemám teplo rád.

A jak jsem vlastně dopadl? Čas 5:43.03 opravdu není nic moc, spíše by se mělo říct hrozný, ale dnes po absolvování smekám před každým, kdo tento maraton dokončil. Umístění celkově 562 z 893 mužů a v kategorii M40 114 ze 172. A vítěz? Jak jinak než Jonathan Wyatt s časem 2:57.47, ten člověk snad není z téhle planety, vždyť druhému v pořadí nadělil 18 minut. V kategorii žen se celkově na vynikajícím třetím místě umístila naše Michaela Mertová, která trať zvládla za 3:51.59.

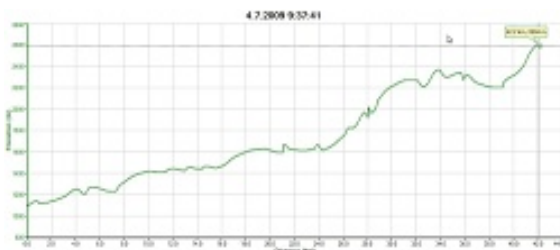
A ještě pár čísel:

Start: St.Niklaus 1085 m n.m.

Cíl: Riffelberg 2585 m n.m.

Celkové převýšení: 1944 m

Na prvním obrázku vidíte výškový profil z mých Garminů. Poklepem na fotografii se otevře větší v novém okně.





Zde si můžete stáhnout plánek trasy ve formátu .pdf: [Mapa ke stažení](#)