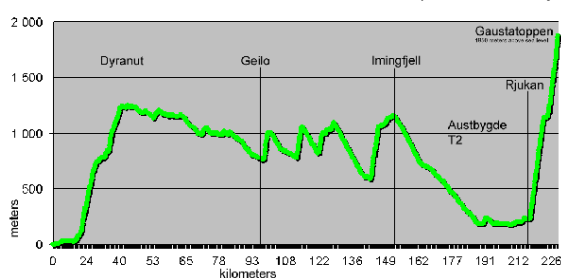


Co je Norseman XTreme Triathlon

Podle organizátorů je Norseman nejbrutálnější, ale současně nekrásnější triatlon kategorie full ironman (tj. plavání 3,8 km, kolo 180 km, běh 42,2 km). Plavání probíhá ve fjordu Hardangerfjord s teplotou vody cca 15 °C a cíl se



nachází na hoře Gaustatoppen ve výšce 1850 m.n.m. Trasa kola prochází pěti náročnými horskými sedly. Po dvaceti pěti kilometrech relativně rovného běhu následuje extrémní sedmnáctikilometrový výstup s průměrným sklonem 11%. Celkové převýšení (stoupání) kola a běhu je více než 5 000 metrů. Teploty v průběhu cyklistické a běžecké části se pohybují v rozmezí od 5 do 28 °C. Kdokoli se dostane v časovém limitu na vrchol hory, je odměněn trvalou slávou a černým finisherským tričkem. Jakýkoli jiný závod na distanci full ironman je pouhou procházkou růžovým sadem.

Na cestě do Eidfjordu

Je pondělí devět hodin večer a já se vydávám na olomoucké nádraží, abych vyzvedl Petra, prvního ze členů svého týmu. Stále ještě zbývají přibližně čtyři hodiny do odjezdu. Druhý člen mého týmu, Laďa, snad podřimuje při sledování televize. Doufám, že jsou oba odpočinutí, protože já toho moc za poslední dny nenaspal. Čeká nás totiž mimořádně dlouhá cesta. Téměř 2000 kilometrů včetně tří hodin na trajektu. Dva ze tří členů naší posádky už z loňské účasti ví, co obnáší.

Petr vypadá na nádraží svěže a po nákupu jeho zásob v místním supermarketu se vracíme domů, sníme večeři, mimochodem poslední pořádné jídlo, které nás příštích šest dní čeká, a jdeme si zdřímnout. Bojím se, že neusnu, ale překvapivě téměř hned zaberu. Petr se spánkem problémy nemá.



Ani se nenadějí a už mi zvoní budík. Vyskakují z postele, beru klíče od auta a přivazím ho k domu. Beru ze sklepa kolo a nakládám ho jako první. Mezitím se vzbudí i Petr a pomáhá mi s nošením proviantu. Nabalování netrvá dlouho. Auto je relativně plné, ale i přesto celkem pohodlné. Čekal jsem, že budeme plnější, ale můj tým to vzal sportovně a jeho batohy resp. kufry mají velmi umírněnou velikost.

Je půl druhé ráno a usedáme s Petrem do auta. Navigace jsou nastaveny na trajektový terminál v dánském Hirtshalsu vzdáleném 1 430 kilometrů, startuji motor a vydávám se vyzvednout Laďu. Jsem šokován velikostí (či snad titěrností) jeho kufru a potravinových zásob. S tím bych já vydržel tak dva dny. Rychle dobalujeme auto a naše cesta může začít.

První kilometry směrem na Brno probíhají v celkem družném rozhovoru. Zdá se, že si můj tým vzájemně rozumí – to je jedním z předpokladů úspěšnosti výpravy. Řídím já a s postupující dobou můj tým přemáhá únava a já se věnuji řízení a poslechu rádia. D1 je v noci klidná, bez problémů projíždím Prahou a zastavuji se až brzy ráno na čerpací stanici před Ústím. Máme velkou časovou rezervu, takže si sedáme na kafe, které si mimochodem dává i Petr, který ho jinak nepije. Dojídáme domácí sendviče a rozbaluji i čerstvě napečenou buchtu. Říkám si, že je třeba před závodem načerpat energii. Dorážím se magnesiem, které beru jako prevenci proti křečím, a usedám do sedadla spolujezdce.

Cesta přes celé Německo (s výjimkou neplánované projížďky Hamburkem) a Dánsko probíhá bez problémů. Pravidelně se střídáme a při občasných zastávkách doplňujeme tekutiny a energii. Konečně po sedmácti hodinách jízdy dojíždíme k přístavu. Je tady zima a fouká vítr. Můj tým se převléká na loď, já si jen beru dlouhý rukáv.





Před naloděním na trajekt čekáme dvě hodiny. Je to dlouhé čekání a začíná se projevovat únava. Začíná se pomalu smrákat. Konečně najíždíme na loď a z podpalubí se vydáváme na horní palubu podívat se, jak bude manévrovat loď v přístavu.

Po zběžné prohlídce lodního tax-free obchodu se usazujeme a zahajujeme zasloužený spánek (nebo spíše dřímání). Cesta ubíhá svižně a kolem půl třetí v noci už vyjíždíme z lodi. Nemáme definitivní plán, zda budeme cestou někde spát nebo pojedeme přímo až do Eidfjordu.

O půl šesté se zastavujeme na lesním odpočívadle. Vařím v konvici vodu a připravuji kávu a čaj. Snídáme. Čekají nás už jen asi 3 hodiny cesty, a máme proto čas. Cestou se chci ještě zastavit na místech, která jsme poznali minulý rok. Těším se na sprchu, ale ještě se to dá vydržet.



Norsko je krásná země s mimořádnou přírodou. Počasí nám proti předpokladům a předpovědi zatím přeje, takže mám možnost udělat množství pěkných záběrů.

Konečně dojíždíme kolem desáté k penzionu, kde budeme ubytováni. Majitelka nám jde na ruku a nechá nás ubytovat dříve než v dohodnuté dvě hodiny odpoledne. Jdeme se osprchovat a po částečném vybalení zaléháme. Jsme domluveni, že kolem třetí vyrazíme do městečka, podívat se co a jak.



Tak a jsme na místě činu. Budeme se v soboru večer moci říct, že to stálo za to? Před tím, než se odebereme ke spánku, neodoláme a otevíráme láhev slivovice. Padá do nás velmi rychle a tak přijde na řadu i vodka. V tomto stavu neřešíme závod a jeho strategii. Bavíme se dobře a určitě i hlučně, ale sportovci v okolních pokojích se neodvážjí nic namítat. Možná vypadáme jako podivná banda. Je nám to ale jedno, je to výborný závěr dlouhého a vyčerpávajícího přesunu.

Zahřívací pochod k trolímu jazyku – Trolltunga

Nechceme trávit dva volné dny na pokoji a tak se rozhodujeme vydat se na výlet. Má to být asi osmihodinový pochod se slušným převýšením, ale podle informačního střediska to vypadá, že to snad nemá být příliš náročné.



Po brutálně příkrém výjezdu kamsi do hor se dostáváme k mini vesničce v blízkosti přehradní hráze a otevírá se nám pohled na první část trasy. To ještě netušíme, že lanovka je (asi už delší dobu) mimo provoz. Začínáme až kolem dvanácté, ale protože se v Norsku smráká mnohem později než u nás, mělo by nám těch osm hodin bohatě stačit.

Vydáváme se na výšlap. Beru to tak trochu na lehkou váhu a domlouvám se s chlapy, že si dám předzávodní trénink a rychlým krokem je nechávám za sebou. Stezka vede strmě vzhůru a za chvíli jsem už celý zpocený. Asi po padesáti minutách šplhání po kamenech a brodění bahnem se dostávám na náhorní planinku, kde s překvapením zjišťuji, že je zde řada krásných chatek. Co tu to ti lidé asi dělají? (Až doma zjišťuji, že patří turistickému klubu a dá se tam i přespat.) Asi po dvaceti pěti minutách dochází zbytek výpravy.



Počasí pořád drží, ale po obloze se honí mraky a sem tam kape. Doufejme, že to vydrží. Po přechodu krátké rovné planiny se vydáváme zase strmě nahoru. Opět se vydávám vpřed – ne abych zahanbil své kamarády, ale abych si vyzkoušel svoji formu. S uspokojením cítím, že jsem na tom dobře. Po cestě se setkáváme s řadou podivuhodných útvarů (a párek Čechů). Překračujeme množství větších či menších potůčků a bojujeme s všudypřítomným bahnem. Všude okolo jsou vodopády a máme nádherný výhled do údolí na jezero. Při přeskokování jedné z větších



bystřin se tak trochu bavíme snahou německého páru (tedy jeho ženské části) o její překročení. Nakonec se jim to podaří. Ze vzdáleného svahu se najednou ozve zvuk stroje. Nakladač – kde se tu mohl vzít? Nejsou tady žádné cesty. Že by to sem přivezl vrtulník. A co řidič? To každý den chodí dolů? Po pár fotkách pokračujeme dále. Cesta se klikatí, střídavě stoupá a klesá, občas se objeví sníh. Na chvíli si sedneme na místě s dokonalým výhledem a pojdáme své zásoby.

Konečně se po čtyřech hodinách pochodu dostáváme k cíli. Výhled a hlavně výška bere dech. Postupně se fotíme na jazyku a já se odvažuji sednout na okraj a pověsit si nohy do prázdnoty. Ostatní se ke mně v této činnosti nechtějí připojit. Já si tuto příležitost nemohu nechat ujít, i když úplně relaxovaně se taky necítím.

Počasí se začíná trochu kazit a tak se vydáváme na zpáteční pochod. Cesta ubíhá relativně rychle, moc se nehoníme a lehce překračujeme i tu větší bystřinu. Děláme si pár fotek na srpnovém sněhu a rychle pokračujeme do údolí. Kolem chat vcházíme do bahenního pole a kolem lanovky scházíme dolů na parkoviště. Petr navrhuje jít přímo po dráze, ale nakonec jdeme lesem. Na cestě potkávám pár lidí, kteří vystupující právě po lanovce – škoda, mohli jsme si to vyzkoušet taky.



Dole na nás čeká auto. Jsme jak prasata, ve všech směrech. Trochu se myjeme v umývárně, nasedáme do auta a po hodinové jízdě se kolem půl desáté vracíme na ubytování. Hodíme sprchu, uděláme večeři na venkovní terase, trochu pokecáme, a protože je pozdě a přemáhá nás únava, rozejdeme se brzy do svých pokojů.

Páteční příprava na závod

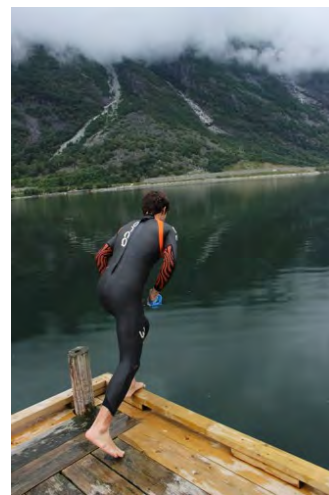
Probouzíme se relativně brzy. Posnídáme a relaxujeme. Dneska máme v plánu registraci k závodu, otestování vody (podle posledních informací má teplotu 13,8 stupně) a předzávodní mítink. Napjatě sleduji poslední zprávy od pořadatelů – minulý rok byla voda 14,5 stupně a start byl posunut mimo původní trasu. V krajním případě hrozí i zrušení plavání. Po desáté sedáme do auta a po dvou kilometrech jsme na místě. Registrace proběhne bez problémů. Petr nafasuje bílé tričko pro podporu a já čip a pár dalších věcí. Nakonec jsem na levé ruce a noze označen fixem a nyní je ze mne oficiální kandidát na Norsemana. Kupuji si pár věcí s logem závodu, bereme si vodu, kterou tu dávají zdarma, a vydáváme se na molo přístaviště vyzkoušet vodu.



Převlékám se přímo tady; z holého zadku si tady nikdo nic nedělá. Ostatně, ukazují ho tady při převlékání všichni bez rozdílu pohlaví. Jsem tak trochu v očekávání, jak studená ta voda bude, ale bez debaty to bude ledový zážitek. Fotoaparáty jsou připraveny; dlouho neváhám – pár kroků, skok a už jsem tam.

Voda nezklamala, je bodavě ledová, hlavně na odkrytých nohou. Nasadím si brýle, udělám pár kroužků temp a jako zázrakem ledové bodání ustane. Snad to není tím, že mi zmrzly nohy. Brýle se mi mlží, protože jsem si na skla zapomněl nanést prostředek proti mlžení, tedy vlastní sliny. Dávám si padesát od pobřeží, padesát zpět a cítím, že to bude stačit. Vylezu na molo a kupodivu se mě chytá taková malá euforie. Dám si ještě jeden skok po hlavě, vylezu a všichni sedáme do auta. Je skoro půl dvanácté,

čas udělat oběd. Rychle sprchuji neopren, pak sebe a nakonec si udělám rychlý oběd. Pojíme spolu na terase a vyčkáváme na třetí, kdy se bude v místní sportovní hale konat předstartovní mítink.

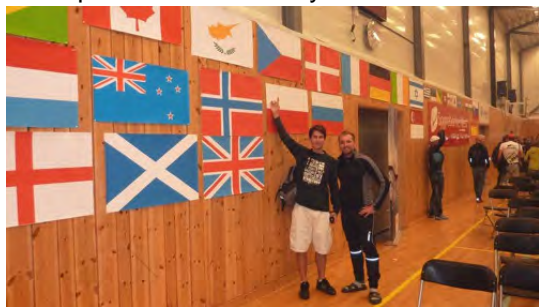


Vyjždíme trochu dříve. V centru městečka už je cítit atmosféra závodu. Nejen proto, že je tu rozvěšeno plno banerů s logem Norsemana, ale hlavně jsou všude vidět sportovci, ať samotní závodníci nebo členové jejich podpory. Až do této chvíle jsem byl podivuhodně klidný, ale teď už se pomalu začíná přikrádat nervozita. Uderem třetí nás pouštějí dovnitř. Jako správní Češi okovaní čekáním ve frontách zkušeně vybojujeme dobrá místa vpředu u jeviště. Atmosféra je elektrizující a program celkem zajímavý.



Konečně se objevuje hlavní řečník a začíná prezentace. Hned na začátek přichází dobrá zpráva. Ačkoli je teplota vody pouhých 13,4 stupně, bude se plavat na originální trase. Navíc v době mezi

přilivem a odlivem, takže se nebudeme muset prokousávat protiproudem, jak tomu bylo minulý rok, kdy se k tomu navíc přidala bouře s velkými vlnami.



triatlon, ze kterého se nakonec vyklubal duatlon, protože skákat do vody s takovou teplotou bez neoprenu se rovná skoro sebevraždě.

Kolem osmé se vracíme zpět. Dělán energetickou bombu ve formě ovesných vloček a kupodivu je zhltnu jako nic. Petr s Laďou zalehají a já začínám chystat výbavu. Nabuším duše, namíchám si první iontový nápoj a do beden rozdělím věci na kolo, běh a energetické zásoby. Ještě musím zabalit kufr a uklidit pokoj, protože se sem už nebudeme vracet. Během doby, kdy budu plavat, chlapani naloží všechny věci a další spánek bude v 200 kilometru vzdáleném hotelu. Kolem desáté je vše připraveno, ještě naposledy otevírám počítač a kontroluji poslední zprávy. Jsem ospalý, takže usínám kupodivu rychle. Nechávám běžet televizi s olympiádou, i když mi není jasné proč. Budík mám na druhou ráno, vypadá to na 3 hodinky spánku. Nic moc, ale lepší než nic.

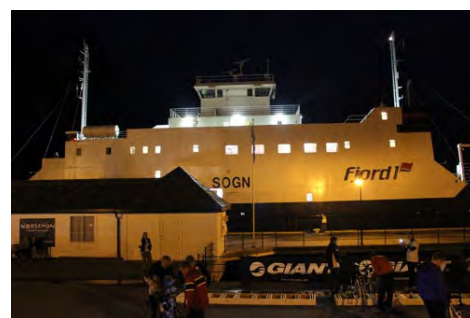
Norseman 2012 – Cesta na vrchol Gaustatoppenu

Zvoní budík. Jsou dvě, ale nakonec se rozhodují dát si ještě deset minut. Potom už svižně vyskakují z postele, beru mobil a přesunují se na toaletu na povinné a velmi důležité vyprázdnění. Vše naštěstí proběhne ke spokojenosti. Dám sprchu, sbalím věci, ve kterých jsem spal, do kufru a začínám se soukat do neoprenu. Navléknu ho jen do půli těla a zbytek zahálím tričkem s dlouhým rukávem. Naposledy kontroluji pytel s výbavou na plavání a poté už buším na vedlejší dveře.



Kolo je už v autě, takže zbývá naložit věci na kolo, které zůstanou na T-1. Laďa ještě udělá poslední předstartovní foto a než se nadějí, už sedíme v autě směrem trajekt. Pomalu mi už začíná docházet, že za dvě hodiny se už budu koupat a potit krev na cestě zpět do Eidfjordu.

Nepřijíždíme pozdě, ale přístavní a hotelové parkoviště je už úplně plné. Musíme zaparkovat dále, takže vytahujeme kolo a věci z auta. Laďa se vydává hledat místo. Já s Petrem si připojuji ke všeobecnému mumraji. Světýlka čelovek blikají ve tmě jako bludičky. Je cítit houstnoucí atmosféra očekávání. Trajekt již kotví v přístavu. Jedním z velkých taháků pro závodníky na Norsemanovi je úvodní skok do ledové vody z paluby trajektu. Pro méně odvážné je k dispozici tzv. chicken door, tedy dveře pro kuřata, ale podle toho, co jsem viděl, tak rozdíl je nanejvýš půl metru. Lodní motory temně hučí. Kolo s věcmi už máme uložené a šťastně se



v tom chaosu setkáváme s Laďou, kterému se podařilo zaparkovat. Jdeme společně na molo a procházíme podél lodi. Po chvíli se loučím a po posledním pohledu mizím v útrobách lodi. Tak, a teď je to už na mně. Je kolem čtvrté ráno.



nepatřím. Pak si ale vzpomenu na brutální přípravu a vrací se mi sebevědomí. Za dvacet minut cítím, jak se dává loď do pohybu. Světla Eidfjordu se zmenšují a okolní vtípy a smích postupně utichají a nahrazuje je napjaté ticho. Zbývá ještě asi dvacet minut. Do vody by nás měli pustit asi o tři čtvrtě na pět. Pečlivě si mažu krk lubrikantem, abych neskončil jako minulý rok s velkými odřeninami. Ještě jednou to zopakují a vydávám se naposledy na

záchod. Samozřejmě je plný, takže si počkám. Nakonec se zadaří. Začínám si navlékat zbytek neoprenu. Schovávám boty a tričko do vaku a vydávám se dolů na palubu. Je tam už pěkně plno.

Dám si malou rozcvičku. Nepřeháním to, protože budu stejně čekat nejméně deset minut v ledové vodě, tak proč se stresovat. Zbývá patnáct minut do začátku a z reproduktorů zazní, že závodníci mohou začít skákat do vody. Toto hlášení je odměněno hlasitým řevem a potleskem. Neženu se dopředu, ale nechci být ani moc vzadu. Sunu se k okraji paluby. Brýle nemám nasazené, ale pečlivě obtočeny kolem ruky, abych je neztratil jako loni a nemusel plavat celou dobu bez nich. Konečně se objevuje hrana, malé poklepání na rameno a skáču do vody. Letím nekonečně dlouho, aspoň se mi to zdá. Pořád myslím na brýle, ale současně se prodírám k hladině. Vynořím se a pár tempy se odsunu stranou. Plivu si do brýlí a přepečlivě je nasazuji, abych neměl později problémy s prosakováním vody. Pár tempy těsnost vyzkouším a potom si dám ještě další. Všimám si, že se pár plavců dostalo až k pobřeží a stojí po krk ve vodě na skále. Není důvod vyčerpávat se šlapáním vody, takže je napodobuji.



Zbývají tak tři minuty. Pomalu se přesunuji blíže ke kajakům na pomyslnou startovní čáru. Rozhlas hlásí poslední minutu.

Prohodím nahlas pár silnějších slov pro posílení sebevědomí. Bez dalšího varování zazní z lodi zatroubení a paže všech plavců se na tento povel uvedou do rychlého pohybu. Začíná kolem mne vířit voda. Udělám pár temp, ale jsem chycen v pasti mezi dalšími plavci. Nechci zpomalovat, a proto jak rány přijímám, tak je tady rozdávám. Naštěstí žádná z nich nesměruje do brýlí. Naviguji na okraj balíku blíže k pobřeží, abych měl snadnější orientaci. Adrenalin způsobuje, že necítím zimu. Po prvních několika minutách chaosu se pole plavců rozděluje a had se prodlužuje.



Cítím, že jsem se už zapracoval. Chytám strojové tempo. Dýchání celkem jde, doufám, že to bude ještě lepší. Pobřeží se posunuje, ale zdá se, že nějak pomalu. Sleduje nás plno lidí. Eidfjord začne být vidět asi po 1,9 kilometru, takže zatím je výhled pouze na vzdálené hory.

Odhaduji, že plavu asi 30 minut. Podle plánu by se za pár minut měla objevit světlá Eidfjordu. Zatím nic. Trochu mně to znepokojuje. Podívám se dozadu, abych zkontroloval, jak na tom jsem. Moc lidí nevidím. Znamená to, že jsem na konci pole? Mám na pár minut v hlavě brouka a čím dál častěji se dívám dopředu, když už konečně uvidím městečko. Poté si uvědomím, že tak to nepůjde. Zakážu si rozptylovat se a vracím se k tempu. Konečně zahybám za ostroh a světlá Eidfjordu jsou tu. Už vidím i blikání člunu, který tvoří bójku, kterou musíme obeplavat. Zbývá mi k němu asi kilometr. Snažím se zvýšit tempo, ale po chvíli toho raději nechávám, protože nestačím s dechem a navíc ve studené vodě začínám cítit ruce a nohy. Poslední, co chci, je chytit křeč. Bójka se blíží pomalu ale jistě. Už nějakou dobu mně nikdo nepředběhl. Spolu s dalšími dvěma plavci se obtáčím kolem a vydávám se kolem pobřeží směrem k přístavišti. Zbývá ještě asi sedm set metrů. Vypadá to, jako bych už byl v cíli, ale nenechávám se zmást. Poslední úsek bude asi nejnáročnější a skutečnost mi to potvrzuje. Ruce pomalu umdlévají zimou a únavou a cítím, že jsem dost dehydratovaný. Konečně přichází pláž. Pár lidí pomáhá plavcům z vody. Pomocnou ruku dostanu i já. Plavec přede mnou padá na zem. Zkouším se rozběhnout a kupodivu to jde. Vybíhám kopeček a všimám si Petra, jak fotografuje. Strčí fotoaparát do kapsy a rozbíhá se spolu se mnou směrem ke kolu. Chci si rozepnout neopren, ale nedám ruku nahoru. Petr mi pomůže. Přibíhám ke kolu.

Soukám se z neoprenu, ale jde to ztuha. Nejdou mi vysvléct nohy, ale nakonec jsem venku. Následuje spodní prádlo a tričko. Dalším problémem jsou návleky na lýtka, ale i ty se podaří umístit. Navlékám dlouhé elastáky, dres, boty a přilbu. Kontroluji, zda mám všechno (samozřejmě nemám, ale to zjistím až později). Brýle už sedí na nose. Petr mi říká, že na tom s plaváním nejsem špatně. To mě překvapuje. Podáme si ruku, popadám kolo a běžím ven z depa. Očima hledám Lađu, ale nepodaří se mi to. První a nejkratší část je úspěšně za mnou.



Výsledek plavání:

- Čas: 1:18:52 (plán: 1:14:00)

- Pořadí: 81.

Prvních čtyřicet kilometrů na kole je vytrvale do kopce. Vyjždíme od hladiny moře až na nejvyšší bod trasy kola, který se nachází ve výšce 1 250 m.n.m. Na tomto úseku se pohybujeme po staré cestě a není zde povolena podpora. Musím si tedy vystačit sám. Po pár kilometrech zjišťuji, že jsem zapomněl mobil. Kdybych teď píchl, tak je se mnou konec. Dalších deset kilometrů výjezdu, po nichž se napojíme na hlavní silnici, se modlím, ať kolo vydrží. Začátek mi moc neseďl. Buď nejede kolo nebo nohy, možná obojí. Předbíhá mne jeden cyklista za druhým.



Pomyšlím si, že s takovou to na černé tričko nebude. Uminěně bojuji dál. Cesta je úzká a přes úpornou dřinu se stačím i kochat přírodou. Je celkem zima, trochu poprchává a padá mlha. Konečně se dostávám k vodopádům na hlavní silnici. Nějak jsem si v hlavě zafixoval, že je to konec prvního kopce, ale omyl. Je to ještě další řada kilometrů. Pokračuji v boji s kopcem a cítím se trochu lépe. Alespoň mě už nepředbíhá tolik lidí. Konečně je tu chata Dyranut a s ní konec výjezdu a první mezičas.

1. mezičas: 2:07:42
Pořadí: 129.



Poprvé na kole se potkávám se svým doprovodem. Rád je oba vidím. Samozřejmě zní povzbuzující pokřik. Jsem úplně slitý a je mi zima. Proto si vyžádám bundu, měním prázdnou láhev a beru si první energetickou tyčinku. Později mi chlapci řekli, že nahoře bylo pouhých sedm stupňů. Mám za sebou čtyřicet kilometrů a teď mě čeká dalších padesát kilometrů po nádherné náhorní plošině. Chvilí je to nahoru, chvilí dolů, ale celkově klesám směrem ke Geilu, které je na devadesátém kilometru a měří se tam další mezičas.



Po šedesáti kilometrech začínám cítit bolest na zadní straně levé nohy u kolena. Vzbudí to ve mně menší obavy a tak si při další z pravidelných zastávek kromě přísunu pití a jídla vyžádám také první zázračnou fialovou tabletku proti bolesti. Po pár minutách bolest ustupuje a já šlapu usilovně dál. Bohužel mne předjíždí pár dalších lidí a pár desítek minut se naháním s jednou Němkou, která mi nakonec ujede (abych ji nakonec předběhl v úvodní části maratonu). A je tu Geilo a první polovina cyklistické trati je za mnou. Lad'a a Petr mě skvěle podporují a i přes značnou únavu se začínám těšit na sérii výjezdů do čtyř horských sedel, jimž vévodí obávaný Imingfjell. Chytil jsem druhý dech a začínám věřit, že bych se mohl začít prokousávat směrem dopředu. Počasí nám zatím přeje, celou cestu fouká příjemný vítr do zad. Čekám mezičas přímo v Geilu, ale je až za městem. Projíždím a vydávám se vstříc kopcům.

2. mezičas: 4:02:19
Pořadí: 141.



Pro můj tým je to stejně únavný den, jako pro mne. I přesto má čas na to, aby udělal pár pěkných záběrů. Do kopce bude mít více času než na náhorní plošině. Petr s Lad'ou mne usilovně zásobují vším potřebným včetně psychické podpory. Cítím se čím dál tím lépe.

Výjezd do prvního stoupání jde snadno. Je to pět kilometrů s převýšením 220 metrů. Následuje desetikilometrový sjezd a po něm už na mne čeká další horská zkouška. Je to znovu pět kilometrů s převýšením 300 metrů. Poté

rychle projíždím kratší sešup a je tu třetí výjezd. Tentokrát deset kilometrů a dalších 300 výškových metrů. Dostávám se na vrchol. Cesta dolů je celkem nerovná a tak se mi budou hodit zkušenosti z horského kola a terénu. Předjíždím několik lidí, kteří zjevně brzdí, zatímco u mne brzdy jsou brzdy zbytečné.



A je tu 135. kilometr a s ním začátek obávaného výjezdu na Imingfjell. Nohy jsou v pohodě, ve výjezdech mne nikdo nepředjíždí a to mi zlepšuje náladu. Zabočuji prudce vpravo a bez zaváhání se vydávám na šestnáctikilometrový výjezd, při kterém se dostanu z výšky 600 metrů až do nějakých 1 170 metrů. Cesta se klikatí

nahoru, skály jsou příkré a příroda okolo je úchvatná. Držím si strojové tempo. Laďa s Petrem co chvíli zastaví a nabízejí jídlo a pití. Nemám žízeň a tak беру alespoň gel. lontového nápoje a jeho chuti už mám plné zuby. Zbude čas i na nějaký ten vtip, třeba když mi Petr nabídl pivo (moc nezbyvalo a skutečně bych si ho býval otevřel).

Trochu zvyšuji tempo a po pár serpentinách se blíží vrchol. Projíždím třetím mezičasem.

3. mezičas: 6:44:51

Pořadí: 140.

Zbývá mi přibližně třicet kilometrů do cíle kola. Většinou se jede prudce z kopce. Podaří se mi dohnat dva závodníky a až do T-2 se držíme více méně spolu. Trochu sprchne, ale voda nevadí. Rychlou jízdou z kopce si zvyšuji průměrnou rychlost a zároveň shromažďuji síly na závěrečný maraton. Je tady kilometr 179, prudká zatáčka vpravo a po dalším kilometru se dostávám do Austbygde, idylického městečka (nebo spíše vesničky), kde je kemp a T-2. Opatrně slézám a kola a doufám, že mne nohy ponесou. V ústrety mě přibíhá Petr a Laďa se věnuje focení.



Shodím ze sebe mokré oblečení a nechávám si jen návleky na lýtka. Protože svítí sluníčko, rozhoduji se obléct jen přiléhavý tri-suit a nahoru kompresní tričko s dlouhým rukávem. Hodlám pořádně vypořit a tak odmítám kšiltovku. Jako poslední si nazouvám své gelové speciálky na běh a vydávám se k výjezdu a kempu, kde probíhám dalším mezičasem. Dáma u výběhu mi ukazuje, že jsem aktuálně na 167. místě. Nějak se mi to nezdá, ale nehodlám to ignorovat, protože na černé tričko se potřebuji dostat mezi prvních 160.

Hned na prvních dvou kilometrech předbím prvního konkurenta a za chvíli i dalšího, který si musel odskočit. Nasazuji svižné tempo, nohy nebolí a tak brzy předháním jednu

z žen. Do stošedesátky mi zbývají ještě čtyři další. Na čtvrtém kilometru si musím odskočit a zjišťuji, že za mnou nikdo není. Mám tedy dobré tempo. Na druhou stranu nevidím nikoho ani před sebou, ale snažím se na to nemyslet. Moje posádka mi co chvíli zastaví a zásobuje mne. Už snesu jen gely a čistou vodu. Dopíjím kolu, kterou jsem rozpil na kole. Po dalších pěti kilometrech se najednou přede mnou objevují čtyři další běžci, z nichž jeden už mele z posledního a jde. Všechny je bez většího úsilí předbím a jsem teď na správné cestě k černému tričku. Běhám kolem jezera a fouká svěží vítr. Lidé z přilehlých domů povzbuzují a sem tam něco nabídnou. Přijímám od malé dívky kolu, ale klobásku raději s díky odmítám.

Petr mne ujišťuje, že vepředu viděl plno lidí, kteří už jen jdou, a měl bych je brzy doběhnout. Jak později zjistím, chtěl mě tím popohnat. Stále si udržuji strojové tempo a předbím pár dalších lidí. Jejich běh vypadá velmi těžce. Naopak já se cítím relativně dobře. Kilometry pomalu přibývají a nohy trochu těžknou. Začíná mně pobolívat pravá achilovka a levé koleno. Zastavím kámoše a беру druhou zázračnou tabletku. Ta moc nepůsobí, asi ji stačím vypořit dřív, než začne účinkovat, a proto si za chvíli беру další. Bolest ustává a já se začínám usmívat do objektivů.



Prvních dvacet pět kilometrů maratonu je relativně rovných. Asi na dvacátém kilometru se znenadání objevuje cíl našeho snažení – hora Gaustatoppen. Je krásně a mám nakročeno k tomu, aby mne pustili nahoru (poštěstí se jen prvním sto šedesáti atletům, kteří jsou navíc u vstupu pod horou rychlejší než limit 14:30). Mám náskok asi deseti míst a časově to vypadá dobře. Ještě však není nic jasného, protože mne čeká nejtěžší zkouška – takzvaný Zombie Hill. Jmenuje se tak proto, že po výšlapu všichni vypadají jak živoucí mrtvoly. Běh si relativně užívám, ale už se těším na to, aby dorazím pod Zombie Hill. Znamená to konec běhu a začátek střídavé chůze a běhu a později pouze chůze. Stoupání je tak příkré, že jen málokdo běží a auta do kopce jedou na jedničku. Vidím před sebou známý most, bočím vlevo a probíhám posledním mezičasem. Na mostě jeden ze závodníků ukrutně zvrací dolů do vody. Tuším, že tohoto soupeře už mám z krku.



4. mezičas (25. km maratonu): 2:21:48

Pořadí mezi běžci: 49.

Plný očekávání se vydávám na příkrý výšlap na Zombie Hill. Od své posádky dostávám vodu, jídlo odmítám. První kilometr střídavě běžím a jdu, ale později běh vzdávám. Nohy jsou příliš těžké. Do odbočky k hotelu na kilometru 32,5, kde se pole rozděljuje na černé a bílé finishery, mi zbývá asi pět kilometrů. Petr s Laďou odjíždějí udělat check-in do hotelu a já zůstávám v kopci sám. Před sebou vidím pár lidí, ale mají stejné tempo jako já, a tak se k nim neblížím. Naštěstí v zádech mám jediného konkurenta, takže i kdyby mě předešel, tak to není tragédie.

Po dalších dvou kilometrech mi dochází voda. Mám hlad a začíná se mi točit hlava. Je to známka nedostatku soli a energie. Zastavím si auto jiného běžce a poprosím o vodu. Moje posádka je stále v nedohlednu. Je stále obtížnější udržet přímý směr. Konkurenti vepředu mi trochu unikají. Spojuji se s jedním Francouzem a společně se snažíme udržet tempo. Moc do řeči nám není. Konečně se objevuje moje auto a posádka. Okamžitě prosím o pití a jídlo a chci po Petrovi, ať stoupá spolu se mnou. Souhlasí a postupně do sebe vrazím gel, sladké kreky a půl celé čokolády. Taky si беру tabletky soli.

Tento přísun energie a soli mne neuvěřitelně nakopne. Cítím, jak se mi vrací síla. Nasazuji vysoké tempo a po chvíli se rozhodnu ušetřit Petra námahy a nechávám ho, aby se připojil k Laďovi v autě. Ještě jedna zatáčka a je tady kilometr 32,2. Jsem mezi prvními sto šedesáti a mám pohodlný časový náskok oproti limitu, takže to vypadá na černé tričko. Na stanovišti kontroly si беру další sůl od chlapců vodu a pokračuji ve zběsilém výstupu. Postupně se dostávám do jakéhosi transu. Nechávám za sebou řadu konkurentů. Šlapu a šlapu a zbývá mně už jen pět kilometrů ke vstupu na horu. Laďa s Petrem tedy odjíždějí zaparkovat a připravit povinnou výbavu k výstupu na vrchol. Na rovnějším úseku předbíhám dalšího člověka a během krátkého rozhovoru se dozvídám, že máme asi dvě hodiny náskok proti limitu. Je to jasné, jde se nahoru a úspěch je blízko!



Na závěrečných pár stovkách metrů ke vstupu na horu, který se nachází na kilometru 37,5, se ke mně připojuje Laďa. Konečně jsme tam. Pořadatelé krátce zkontrolují můj batoh a batoh Petra a poté všichni tři procházíme brankou a vydáváme se společně na posledních 4,7 km. Překonal jsem už větší část z posledního výstupu, který začíná ve výšce 250 metrů a končí ve výšce 1 883 m.n.m. Kromě trička mi jde také o umístění a tak dál usilovně šlapu do kopce. Nohy pobolívají, ale ignoruji to. Společně překonáváme kamenitá pole, stoupáme přes balvany a někdy i šplháme po skalách. Po poloviny kopce se mi podaří předběhnout odhadem 5 lidí. Další stále vidím před sebou. Laďa věrně fotí a perfektně drží tempo. Petr se



taky drží dobře. Vrchol se pomalu přibližuje a začínám si dávat pozor, abych v náročném terénu špatně nedošlápl a nezhatil tak naše společné úsilí. Navzdory tomu dávám pár dalších soupeřů, mimo jiné i tu Němku, se kterou jsem se naháněl na kole. S úsměvem mne dokonce osloví svým jménem. Krásné počasí a výška nabízejí nádherné pohledy. Vrchol je už jen pár kroků.

Pár metrů přede mnou je ještě jeden další člověk, ale nechávám to už tak (nakonec docházím o dvanáct sekund později). Cílová chata je tady a s ní i oficiální časomíra. Vstupuji na desku se snímací rohoží a slyším pípnutí, které signalizuje můj průchod cílem. Na znamení vítězství zvedám ruce a Laďa pořizuje video a poté i finisherský snímek. Jsem v cíli!

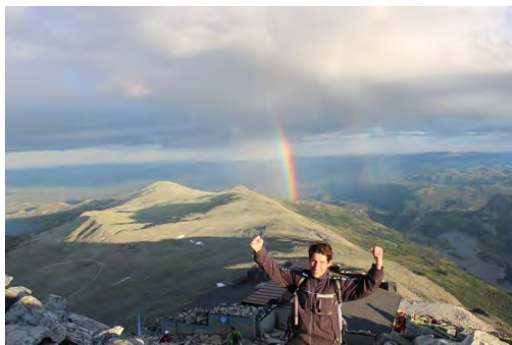


Čas maratону: 5:45:21
Pořadí v běhu: 54.

Celkový čas: 15:11:08
Pořadí: 107.

Chvilí si užívám skutečnosti, že jsem to dokázal. Jdu si dovnitř chaty pro polévku, vrátím se ven a pomalu jím. Z náročného výstupu se radují Laďa i Petr.

Pro tuto speciální příležitost mám v batohu schován doutník. Šplháme na betonovou plošinu u antény vysílače, která je kupodivu prázdná, usadíme se a ve světle a teple slunečních paprsků jej zapalujeme. Obdivujeme nádherný výhled, který je doplněn dvěma duhami – někde v údolí prší. Tady je ale slunečno.



Na památku si necháváme pořídít společnou finisherskou fotografii.

Před závodem si myslím, že dolů z hory půjdu s chlapci. Ale není to možné. Nohy bolí, prášek přestává působit a dostavuje se bolest. Lanovka, která vede tunelem vysekaným v hoře, je pouze pro atlety, a tak Laďa

s Petrem odcházejí a sestupují směrem k parkovišti. Mám plno času a tak ještě chvíli sedím a koukám. Potom se vydávám pár metrů dolů a za pár minut se už v kabině sunu směrem dolů. K východu z lanovky za několik minut přijíždí minibus. Jsem s chlapci domluven, že v tomto případě nebudu čekat a vrátím se jako první do hotelu. Po cestě dolů vidím, že na bílé trase je ještě plno lidí. Pro ně ještě pouť pokračuje. Za chvíli jsem v hotelu, otevírám dveře pokoje a skáču do sprchy. Oblékám se a padám na postel. Následuje pár telefonických hovorů a najednou je ticho. Nechce se mi přemýšlet a tak si pouštím televizi. Netrvá dlouho a uslyším zaklepání. Moje posádka se vrátila. Dávám jim klíče a domlouváme se, že po sprše si sejdem v jejich pokoji, dáme něco na zub a otevřeme poslední láhev.



Cítím, že se začíná projevovat únava z celého týdne. Dojíme jídlo, dáme si jednu a rozloučíme se. Nastavím si budík na šestou ráno, abych mohl předem nabalit auto, a okamžitě usínám. Ráno se kupodivu budím sám už o půl šesté. Zabalím kufr a vezu jej k autu. Není to lehké, v hotelu jsou jen schody a při stoupání do nich vypadám jako důchodce (v tomto nejsem sám). Vyčištění auta po dlouhém dnu a nabalení mi trvá asi hodinu. Je celkem pěkně a Gausta stojí majestátně předem mnou. Tam jsem včera byl. Vracím se do pokoje a dívám se na televizi. Snídaní máme domluvenou na půl devátou a závěrečný ceremoniál má být kolem desáté. Mám hlad a žízeň jsem již zahnal kolou, kterou normálně moc nemusím, ale teď se hodí. Když přijde čas, klepu na chlapce a jdeme snít. Kupodivu toho moc nespořádáme. Posedíme. Dávám Petrovi klíče, aby si mohli nanosít věci do auta. Jen tak se procházím po venku. Počasí se kazí, finisherské foto bude bez hory, která je teď zahalena v mlze.

Přichází desátá a já si jdu vyzvednout své zasloužené černé tričko. Sedám si a čekám na Petra s Laďou. Sál je už celkem plný. Závěrečný ceremoniál je rychlý a vyhlášení vítězů prosté. Cena pro vítěze je stejná, jako pro posledního z úspěšných účastníků – jen to tričko. Jde se ven a fotograf udělá závěrečnou společnou fotografii. Zaujímám centrální pozici, abych někde nezapadl.



Teď je skutečný konec a můžeme se vydat směrem domů. Hotel je na místě, kde toho není moc co dělat, a tak brzy nasedáme do auta a vydáváme se směrem do přístavu, který je odsud asi tři hodiny jízdy. Jako minulý rok projíždíme okolo vstupu na horu. Nostalgicky se dívám nahoru, ale vrchol hory je zahalen v mlze. Začíná hustě pršet. Měli jsme štěstí na počasí. Řídit budu až v Dánsku a tak na zadním sedadle brzy usínám. Cesta do přístavu ubíhá velmi rychle. V Larviku jsme ještě moc brzy, a tak se zastavujeme na benzince a krmíme se ovocem

z plechovky. Chvilí posedíme a jedeme do přístavu. Postavíme auto do řady a jdeme si sednout do budovy terminálu. Čas plyne pomalu, ale nakonec s autem najíždíme na loď a jdeme ven na zadní palubu. Znovu je modré nebe, ale nad pevninou se kupí mraky. Jak příznačné.

Loď vyplouvá, jdeme nakoupit nějaké ty suvenýry pro rodinky a za chvíli usedáme do pohodlných křesel a střídavě spíme a sledujeme televizi. Po třech hodinách se přiblíží Dánsko, a proto se začneme přesunovat k autu. Po chvíli vyjíždíme a vydáváme se na dlouhou cestu zpět. Nejdříve se ale zastavíme na (nezdravou) večeři. Asi dvě hodiny řídím, ale poté to vzdávám, protože mě bolí nohy. Zbytek Dánska jede Laďa a Německo má zamluvené Petr. V noci se nad Německem strhne obrovská bouřka a není nic vidět. Jedeme nanejvýš osmdesátkou. Kousek před Českem sedám k volantu já a za chvíli už stojíme na čerpadle a sedíme u stolu nad kávou a sladkou snídaní. Zbytek cesty jde rychle. Laďa valí a tak se po dvanácté dostáváme do Olomouce. Vezeme Petra na vlak. Poslední stisk ruky, poděkování a Petr mizí. Laďa se doveze k domu a loučím se i s ním. Také jemu patří velký dík. Za dalších pár minut jsem na parkovišti, vybaluji kolo a kufr a pomalu se sunu domů. Netrvá dlouho a zasunuji klíč do zámku.



Poděkování:

Tento úspěch a zpráva by nemohly vzniknout bez pomoci řady lidí: bez tolerance a pomoci mojí manželky, bez úsilí a podpory mé posádky, Petra a Ladi, a hodnotných rad svého plaveckého kouče Filipa Neulse. Všem těmto lidem a i dalším, které jsem zde neuvlel, patří velké díky. Bez vás by to určitě nešlo.

Cestě na vrchol Gaustatoppenu předcházel usilovný trénink, v rámci něhož jsem během deseti měsíců naběhal 1 750 km, najezdil na kole 3 000 km, naplavval 220 km a strávil 120 hodin v posilovně.

O autorovi

Michal Činčiala, věk 39, je nezávislým překladatelem, který se věnuje hlavně odborným lékařským a technickým překladům. Triatlonu se věnuje od roku 2009. V jeho sportovním úsilí jej podporuje manželka Kyoko (39) a syn Patrik (8). Dokončení triatlonu Norseman je zatím jeho největším osobním sportovním úspěchem.

© 2012 by Michal Činčiala
Fotografie Ladislav Koutný a Petr Faldyna
Všechna práva vyhrazena.
Zákaz přetisku bez povolení.
Další informace na cinciala@cinciala.eu.