

Elba 2011

Pojem Elba, pro nektère je toto jméno spojeno s Napoleonem, pro jiné, místo určeno pro dovolenou a "prodloužení si" léta, protože i v zari zde teploty vystupují na 30 stupňů. Pro mě je tento ostrov(IT) spojen se spoustou pozitivních zážitků, o které se s Vami ráda podělím.

Elba: Perla stredozemního moře, patří svou plochou o 222,5 km² mezi největší ostrov Toskánska a třetím největším ostrovem Itálie, po Sicílii a Sardinii. Nachází se v západní části stredozemního moře mezi Itálií a francouzským ostrovem Korsikou. Žije zde ca.30 000 obyvatel.Hlavním a zároveň největším městem je Portoferraio. Centrum ostrova je velice rozmanité,hory, kopce i roviny. Pobřeží jsou plná písčiny, ale i kamenitých pláží. Nejvyšší horou je Monte Capanne ležící 1018 m.n.m. Takže i milovníci turistiky si zde přijdou na své. Elba má svou historii a v roce 2004 vzalo UNESCO Elbu na seznam nejduležitějších geologických zemí na světě.

Pro mě byla do roku 2007 Elba více méně neznáma. V roce 2006 jsem začala s triatlonek na dlouhých tratích/3,8 km plavání-180 km cyklistika-42 km běh /. Při mé premiéře mezi profiky se mi při prvním startu podarilo,kvalifikovat se na MS na Havaii a o dva roky později opět, dodnes neuvěřitelně:-)). V roce 2007 jsem se na závěr sezony postavila na start "Elbama", ostrov Elba. Možná někteří pamatují na článek z novin. Ano, tenkrát to byl genialní zážitek, protože se mi podarilo zvítězit. Jeden z nejtvrdších triatlonek v Evropě a já ho vyhrála! Proč patří k tak náročným? Jednak je to cyklistický okruh, který je velmi rozmanitý, což se členitosti krajiny týče a pak povětrnostní podmínky. Protože se jedná o ostrov, je zde nejen téměř tropické klima,ale ke všemu ještě neustálý vítr, který život sportovce(triatlonisty) stězuje. Příznivci surfování si libují:-)

Můj letošní rok je rokem velice pestrým.Myslím nejen pozitivně, ale i negativně. At už v soukromém, pracovním či sportovním životě, prostě rok, který by se dal přirovnat k centrifuze. Nahoru a dolů a ještě dolů a zase nahoru...Prostě nic jednoduchého. Vzhledem k tomu všemu odpovídala i má tréninková příprava. Někdy jsou prostě v životě důležitější věci než sport! Behem léta jsem si sice připsala velmi solidní výsledky na mé konto v krátkém a polovičním triatlonek, bežeckých,cyklistických závodech /vždy téměř stupně vítězů/, ale dlouhý triatlon mi stále chyběl. Měla jsem jakýsi respekt před těmito distancemi. Plavání, to je pohodicka. Na kole jsem sice naježděno měla, ale zda-li to stačí? A naběhano? Zde to problém veliký.Chyběly tempové tréninky a základní vytrvalost byla na hranici minima. V srpnu byl naplánován dlouhý triatlon ve Francii, přišlo do toho další dosti smutná věc a mě nezbylo nic jiného, než se odhlásit. Nevadilo to, protože to co přišlo později, mě velmi uspokojilo. Ale muselo se vše přeplánovat a nové zorganizovat,což nebylo jednoduché, protože sezona se pomalu blíží ke konci a závodu tím padem ubývá. Vzpoměla jsem si na Elbu:-). Přihlášky byly sice již uzavřeny, ale díky Marco Scotti, organizátor Elbama, se mi podarilo dostat se na startovní seznam. A jakozto vítězka z roku 2007 mi umožnil start zdarma. Super věc, že? A pojedete se na Elbu:-).Děkuji Marco

Marco projevil ohromnou radost, že jsem se rozhodla na Elbu startovat. K tomu všemu mě ještě přidal na seznam favoritů. Jasné, jakozto vítězka z roku 2007! Ale co nevedel, že nejsem v takové formě a já osobně byla tak trochu pod tlakem. Jen jsem si říkala, jak to vše psychicky zvládnu a nikoho nezklamu. Pro mě bylo vše jasné, hezky si zazavodit a závod dokončit.

A když se čas dostavil, vyrazili jsme s manželem směrem Itálie. Pochybnosti a nálada take. V Piombinu bylo auto naloženo na nákladní loď a už jsme přejížděli na Elbu(ca 60 min). Zde nás přivítalo sluníčko, teplo vítr a pohoda Itálie. Za ty 4 roky se zde moc nezměnilo, snad jen byly trochu opraveny silnice:-). Po ubytování v Marina di Campo, vesnici, kde se Elbama odehrává a zároveň velmi oblíbeným turistickým místem, jsme vyrazili směrem moře. Prostě pohádka, voda jako krystal, čistá a navíc téměř 25 stupňů. Na koupání super, ale vzhledem k triatlonek, negativní. Od 24 stupňů se při triatlonek nesmí používat neoprenový oblek, který je vlastně i trochu výhodou pro atlety, kteří nejsou moc dobrými plavci. On drží tělo pěkně na

vode a tím padem je poloha při plavání mnohem lepší. Tvrdí se, že s neoprenem jsou věci u nedobrych plavců až o 10 % lepší. U mě to sice není tak velký rozdíl, ale protože jsem tzv. zmrzlina, plavu raději v neoprenu. On člověk, lepe řečeno, já, i v takové teplé vodě pekne promrzne, když musí v moři hodinu bez přestání kroužit:-). Takže jsem doufala, že teplota vody do víkendu trochu poklesne. Pak jsem si vyvedla všechny potřebné věci k závodům, společně se startovním číslem a nezbyvalo nic jiného, než odpocívat, spát, jíst, pít a absolvovat jen nějaký lehký trénink. Tělo muselo být odpocaté, přece jen se jedná o závod, který trvá pro některé 10, pro jiné 15 hodin.

V den před závodem odevdali všichni své kola do depa a bylo jasné, že den "D" se neprodlene blíží. Organizátor sdělil, že se plave v neoprenech. A v ten okamžik se spouště atletům zozářila očka. Po krátké noci, téměř bez spánku, zazněl ve 4 hodiny budík a už se vstávalo. Většinou jsem měla problémy, před závodem tak brzy vstávat, ale tentokrát to klaplo prima. Všude ještě tma a klid a já na terase vychutnávám kávu s houskou s marmeládou. Sice jsem neměla vůbec žádný hlad, ale bylo důležité do žaludku něco dostat.

V 7 hodin, 25. září, padl startovní výstřel a 700 účastníků se vrhlo do moře, aby absolvovaly vytoužených 3,8 km na dvou okruzích s výstupem z vody. To aby z toho i diváci něco měli, když už musely v neděli, tak brzo vstávat. Mě se podařilo uchytil se na prvním okruhu ve skupince, tak že se plavalo fajn. Ve druhém okruhu jsem si to odplavala sama, chlapi plavali kdesi jinde:-). Po 1:01 vylezám z vody. Jako první žena a dohledu žádná konkurence. Takže rychle do depa, vysvětlí neopren a vyrazit na cyklistickou část. Elba čeká, 3 okruhy po 60 km je nutné absolvovat. První okruh se mi jel v pohodě, vítr zatím žádný a nohy dobře, k tomu adrenalin pur. Při projetí casomiry po prvním okruhu slyším manžela, jak volá, 10 min naskok. Není to špatné, ale co je 10 minut, když mě stále ještě čekalo 120 km a maraton? Vítr začínal silít a já si kladla otázku, co asi přijde, co udělám, když mě konkurentky začnou dojíždět? Projíždím casomirou po druhém kole a slyším z dálky 20 sekund ztráta na první ženu. Co je to hloupost, jsem si říkala, vždyť já jsem přece byla na prvním místě a i motorkar, který vedl první ženu, byl stále u mě. Tak slápu dál a najednou ji předjíždím v kopcích, kde mě předjela? Stále jsem si kladla otázku. Pak mi došlo, že mě kdesi předjela skupinka chlapů, co jeli v haku (vlastně zakázáno při závodě) a nejspíš byla i dáma v této skupině. V každém případě ji ani doprovod na motorce nezaregistroval. Po 180 km slezám z kola a nacházím se opět na prvním místě. Nohy vypadaly dobře, když zavzpomínám na minulé Elbamano, kde jsem zhruba 10 minut seděla v depu a nechtělo se mi na žádný maraton, byla jsem nyní opravdu pozitivně překvapena. Takže přezout se do běžeckých bot a hura na maraton. S chutí do toho, pul je hotovo. Kdyby to bylo vše tak jednoduché. Sice se mi zpočátku dobře běželo, ale bohužel tomu tak nezůstalo až do konce běhu. Po prvních třech km už jsem musela na toaletu (to není dobré znamení). Doufala jsem, že se vše zklidní. Pulmaraton jsem tak nějak zvládla, sice ne v tempu, co normálně behám, ale šlo to. Konkurence nebyla rychlejší, ba naopak, já při mém tempu snad ještě můj naskok zvysila na 16 min. Díky tomu, že se muselo běžet 5 okruhů, měla jsem víceméně vše pod kontrolou, ale můj vlastní žaludek ne. Ten si dělal, co chtěl, přestal poslouchat a omítal jakoukoliv stravu. To nebylo vůbec dobré. Pro mě to znamenalo nucené přestávky a můj běh byl prokládán chůzí. Hruza, když je člověk zvyklý na plynulý běh a k tomu všemu ještě jako "prima dona" se najednou brouzdá ulicemi Marina di Campo. Co mě stále uklidňovalo, že druhá a i třetí žena, nebyly rychlejší. Naskok zastával stejný. Nejspíš se jim také moc v tom horku nedálo. Poslední a 5 kolo předě mnou. Jestli něco málo přes 8 km a jsem v cíli. Ani nevím o čem jsem přemýšlela, jediné co jsem si prala, už být konečně v cíli. Poslední 2 km bylo vše jasné, klidně jsem to mohla dojet, ale toho chození bylo už dost a tak jsem si tu atmosféru na Elbe vychutnála, jak se patří a přestála si doběhla pro prvenství. Nikoho jsem neklamala a sebe moc pozitivně překvapila. Takže titul Elnaman 2011 patří mně, Ladislave Cisarovské.

Noc po závodech byla opět krásná, ale to není nic nového, tolik zážitků a emocí a bolesti, prostě trochu silná káva pro tělo. Ale kdyby tomu bylo jinak, tak bych se asi divila, co se děje:-). O to krásnější jsou chvíle, když začne vycházet sluníčko a blíží se chvíle vyhlásování nejlepších. Stupně vítěze jsem si tentokrát za velkého potlesku hrde a velmi vychutnála.

A nyní přišla chvíle klidu, odpocinku, sluníčka, dobrého jídla a vína, prostě pár dní dovolené na Elbe, bez sportu.

A já moc děkuji těm, kteří za mnou stále stojí a mě podporují. Jste prima a mám vás moc ráda.