

Z Athén přivezl Jaroslav Prückner rekord

Mladá Boleslav – Chodec Jaroslav Prückner urval v Athénách další rekord. Za třináct dní pokořil vzdálenost 1000 kilometrů.

1.3.2017 06:01



Ultrachodec Jaroslav Prückner pokořil 1000 kilometrů v Athénách.

Foto: Deník / Lucie Růžková

13 dní, 4 hodiny, 27 minut a 53 sekund. A světový rekord je na světě. Na 12. ročníku ultravytrvaleckého festivalu v řeckých Athénách se o něj v kategorii 60 – 64 let postaral mladoboleslavský chodec a nezmar Jaroslav Prückner.

Dvašedesátiletý sportovec, který se na dráhu ultravytrvalostního chodce vydal teprve před deseti lety, se tak bezesporu zapsal do chodecké historie.

„Základem úspěchu byl dobrý odhad mých možností, dodržoval jsem předem stanovený plán a dokonce jsem i poslední dva dny dokázal mírně zrychlit tempo," hodnotil pro Boleslavský deník Jaroslav Prückner, který se po překonání cíle těšil na jediné – až se pořádně nají a k dobrému jídlu přidá pivo.

I když je Jaroslav Prückner zvyklý na několikadenní závody v chůzi, přes to měl na startu jisté pochybnosti.

„Věřil jsem si, že mám na takový závod dost sil, na druhou stranu se vždycky může stát něco nepředvídatelného, například zranění, které by celý výsledek zkomplikovalo," říká sportovec, který se chůzi věnuje od mladých let a chodce dokonce i trénuje v mladoboleslavském atletickém oddílu.

Aby závod na okruhu dobře zvládl, sestavil si plán, kterého se chtěl držet. První den, kdy ještě není nutné dělat větší přestávky, chtěl ujít sto kilometrů, další dny pak sedmdesát kilometrů.

„Jak se ale záhy ukázalo, plán jsem okamžitě porušil. Už za první tři dny jsem ušel o deset kilometrů více, což jsem pak držel až do jedenáctého dne a pak jsem ještě trochu přidal" popisuje tempo Jaroslav Průckner s tím, že kromě kilometrů nakonec zahýbal i s časem. Podle původního harmonogramu se „urychlil" o 7,5 hodiny.

Paradoxní na tom ale je, že světovému rekordu nepředcházela žádná extra příprava. Jaroslav Průckner tvrdí, že takové závody se chodí hlavou a ne nohama. A toho se také drží.

„Samozřejmě, že se udržuji ve fyzické kondici, ale ničím speciálním. Když mám čas a je dobré počasí, ujdu v tréninku deset až dvacet kilometrů," pokračuje Jaroslav Průckner, který především využíval zkušeností z předcházejících dvanácti vícedenních závodů.

Je ale pravda, že si hlavně dával pozor na to, aby neměl puchýře. „Jakmile jsem cítil, že by se mohl vytvořit, okamžitě jsem místo na chodidle promazal, přezul boty i ponožky a pokračoval dál," vysvětluje strategii, která mu přinesla titul rekordmana.

Nepříjemné počasí

Samozřejmě si musel poradit i s projevy proměnlivého počasí, jež bylo často nepříjemné. Vzhledem k tomu, že závod se šel po okruhu, vypořádával se nejen se silným protivětrem, ale i se sluncem v zádech.

„Často jsem se proto musel převlékat. Mám rád teplé počasí, a tak říkám, že se raději dvakrát zpotím, než abych promrzl a riskoval prochladnutí," vypravuje sportovec, který už po desátém dnu věděl, že koncové mety dosáhne i v rekordním čase. „Jakmile jsem byl v cíli, měl jsem jen jedno přání. Dobře se najíst a zapít to pivem," dodává ultrachodec, který v závěru závodu už nejedl a nepil. Nechtěl se tím zdržovat a těšil se na konec.

Svou chodeckou kariéru ale ještě rozhodně nebalí. Protože závod v Athénách považuje za určitý vrchol v kariéře, osud a zdraví nehodlá znovu takhle dlouhým závodem pokoušet. „Ještě chci závodit dále, nicméně za maximální délku trvání závodu považuji šest dnů," dodává Jaroslav Průckner.

Zdroj: http://boleslavsky.denik.cz/ostatni_region/z-athen-privezl-jaroslav-pruckner-rekord-20170228.html