

„Víc než vyšlapat na Everest“

Mysločovický sportovec **Václav Utinek** vyhrál jeden z nejbrutálnějších běžeckých závodů u nás. Za jediný den **třináctkrát** zdolal **Lysou horu**.

ONDŘEJ HOLUBEC

MYSLOČOVICE | „Tento sport je zkrátka šílenost.“ Takto hodnotí v nadsázce Václav Utinek z Mysločovic svou velikou zálibu – maratonské běžecké závody do vrchu.

Pětatřicetiletý člen otrokovického týmu KESBUK si o uplynulém víkendu připsal největší úspěch své sportovní kariéry. Vyhrál prestižní extrémní závod „Adidas 24 hodin na Lysé hoře“.

Zledovatělou stezkou plnou kamenů vyběhl třináctkrát na Lysou horu a zase dolů na základnu v Ostravici. Každá cesta tam a zpět měřila dvanáct kilometrů při více než sedmisetmetrovém převýšení. „Pro představu, je to víc, než kdyby člověk vystoupal na nejvyšší horu světa Mount Everest,“ přiblížil Václav Utinek.

Beskydského závodu se účastnil už potřetí. Poprvé si vyzkoušel štafetu dvojic, podruhé jako jednotlivec nemohl naplnit své cíle, protože si vyvrtil kotník. A do třetice? Vítězství mezi jednotlivci a titul mistra České republiky v zimním horském maratonu.

„Přitom jsem nepatřil mezi favority. Ale plánoval jsem útočit na nejvyšší příčky. Určitě mi pomohly i zkušenosti z minula,“ hodnotil.

V závodě se vylíčil s jednoznačnou



Václav Utinek (vlevo) se raduje v cíli extrémního závodu na Lysé hoře. Tento podnik prověřil vůli i odolnost běžců.



FOTO | WWW.LH24.CZ, A. HORSINKA

taktikou. „Chtěl jsem to hned od začátku napálit co nejvíc a držet si své tempo tak dlouho, jak mi vystačí síly,“ prozradil běžec z Mysločovic.

Vzhledem k tomu, že se běhalo po stezce plné ostrých zledovatělých kamenů, všichni museli mít povinně boty s hroty nebo speciální nasazovací mačky a k tomu celou dobu sněžilo, to byl plán skoro sebevražedný. Ale Václavu Utinkovi vyšel skvěle.

„Sníh při závodě mi ani moc nevadil. Spíše pomohl. Zapadaly proláčky,

i zledovatělé úseky byly schůdnější,“ vyprávěl hrdina extrémního závodu.

Kritických míst prý bylo tolik, že ani nemělo cenu je počítat. Nejtěžší ale bylo vyrovnat se s docházejícími silami. „Když na člověka přijde slabost, vždycky hrozí pád. A i když spadnete třeba do kopce, je to nepříjemné,“ popisoval Utinek.

Po pár hodinách se stane cesta nahoru i dolů utrpením, závodníky bolí každý kousek těla. Pomáhají si alespoň kompresními návlékami na lýtkách a stehnech.

„Když běžíte nahoru, je to vyčerpávající. Zní to možná bláznivě, ale při cestě dolů je nejlepší to zkrátka pustit. Když člověk moc brzdí, tělo se namáhá a rychleji se unaví.“

Důležité je také pravidelně se občerstvovat. Jídlo a pití si běžci dávali vždy po ukončení okruhu dole na základně. „Občerstvení mi připravoval můj podpůrný tým. V pozdějších částech závodu už mi vůbec nechutnalo, ale bylo potřeba do sebe něco na sílu dostat,“ říkal Václav Utinek, který třináct okruhů zvládl za 21 hodin a 55 minut. O čtvrt hodiny tak překonal nejbližšího pronásledovatele.

„Soupeř mě ke konci začal stahovat, ale lidé z mého týmu mi to nehlásili. Udělali dobře, protože pak bych třeba znervózněl a vůbec nedoběhl,“ vysvětlil. Pocity v cíli, když věděl, že je vítěz, prý byly nepopsatelné.

„Ani nevím, jestli jsem si to užíval. Byl jsem úplně prošitý, mozek nefungoval. Možná mi to dojde později,“ smál se vítěz.

Na závod se připravoval přímo v Beskydech, trénoval i na Ještědu. Ale nejvíc běhal doma na Zlínsku. „Nejsou tu žádné velké kopce, takže je to trochu složitější. Nejčastěji běháme na Tlusté hoře. Tou nejprudší stěnou, stále dokola,“ líčil s tím, že příprava na závod mu zabrala čtyři měsíce.

Teď si plánuje dát trochu oddych, ale už na jaře ho čeká několik českých závodů a jako vrchol sezony má v plánu Iron trial ve Švýcarsku.

„Jednou bych se chtěl zúčastnit i nejprestižnějšího závodu okolo Mt. Blancu. Jsou tam ale těžká nominační kritéria, dostat se tam je i o štěstí, tak uvidíme,“ uzavírá.