



REPORT

DUBEN – ČERVEN
SEZÓNA 2016

Milí podporovatelé,

hlásím se s dalším reportem, tentokrát už z plné závodní sezóny. Mám za sebou několik velice povedených závodů a chci se o ně s Vámi podělit.

Přesto pro mě první důležitý závod nedopadl nejlépe. Na dubnovém MČR v půlmaratonu jsem neměl svůj den a doběhl až na 6. místě mezi Čechy v čase 1:09:59. Půlmaraton ale nebyl pro letošek hlavním cílem a tak mě tento výsledek nemusel zas tolik mrzet.

Několik dní po půlmaratonu jsem odcestoval do švýcarského Lugana na další ze série horských soustředění. Podmínky i počasí mi zde vyšly perfektně a já odběhal spoustu dlouhých horských běhů po hřebenech v okolí švýcarsko-italských hranic. Ve Švýcarsku jsem se dostal do formy a celý natěšený se těšil na první velké závody na Kanárech.

Na Kanárské ostrovy, tedy konkrétně na ostrov La Palma, jsem odcestoval spolu se skupinkou dalších tří Čechů a strávili jsme na ostrově dva týdny. Na programu byl běžecký svátek jménem [TRANSVULCANIA](#), první závod Světové série ve skyrunningu kat. Vertical Kilometer.

Vertical Kilometer s parametry 7,5 km a převýšením 1200 m se běžel dva dny po přeletu. Startovalo se intervalově a já vybíhal na trať před největšími favority jako čtrnáctý od konce. Závod mi výborně sedl, celou trať jsem proletěl ve slušném tempu. V cíli jsem se dozvěděl, že bezpečně vedu. Tak jsem čekal... Až poslední závodník, Kolumbijec Saúl Padua, byl rychlejší. I tak jsem byl nadšený za vybojované 2. místo ve Světové skyrunningové sérii!



Dva dny po Verticalu jsem si ještě zaběhl nejkratší závod, který byl na pořadu dne a to horský půlmaraton s délkou 24 km a převýšením úctyhodných 2100 m. To vše v černém sopečném popílků. I tento závod se mi běžel úžasně a s 1,5 minutovým náskokem jsem si doběhl v čase 2:18:30 pro vítězství, navíc v traťovém rekordu. Za sebou jsem nechal také vítěze Verticalu!



Zbytek pobytu na La Palmě jsem po nezbytném odpočinku po těchto dvou těžkých závodech pilně trénoval a to v úžasném terénu v prostředí obřího vulkánu. Ze závodu jsem sepsal na skyrunning.cz podrobný report obohacený o spousty fotek. K nalezení na [tomto odkazu](#).

Po návratu z La Palmy jsem ještě využil aktuální formy na půlmaratonu RunCzech v Karlových Varech. Tento závod je pro mě srdeční záležitostí, protože jsem tu v letech 2013 a 2014 doběhl vždy jako nejlepší z českých běžců.

Karlovarský půlmaraton má speciální atmosféru a i tentokrát se mi zde dařilo. V dosud nejsilnější české konkurenci jsem doběhl druhý v čase 1:08:17 a vytvořil jsem si letošní půlmaratonský „season best“.

[Sestřih z KV půlmaratonu na ČT SPORT](#) >>



Na závěr května jsem si zaběhl jedenácti kilometrový Trail Praha, který je součástí Kilpi Trail Running Cupu (KTRC) a loni jsem zde vyhrál. Letos se mi povedlo vítězství bez větších obtíží obhájit. Závod je to moc pěkný a se svým převýšením 500 m prakticky v centru Prahy v okolí Petřína je to vlastně docela unikát.

Mimo to je závod skvěle mediálně pokrytý a to jak před tak po akci. Několik dní před závodem vyšel zajímavý rozhovor se mnou o závodě a o skyrunningu:

Sport.cz [Zná sérii nejtvrdějších horských závodů. V neděli bude útočit na Petříně](#)

Při závodě byla přítomna i Česká televize a krátký šot, včetně rozhovoru se mnou se objevil také v hlavní sportovní relaci Branky, body, vteřiny.

Česká televize [Závod na Petříně ovládl skymaratonec Fejfar](#)

SvětBěhu.cz [KTRC Trail Praha ve znamení soba, který držel slunce za mraky. Pro prvenství si doběhli Fejfar a Slavíková.](#)

ČT SPORT zastupoval populární outdoorový pořad Vertical, který Trailu Praha věnoval celou reportáž. Ke shlédnutí v [tomto videu](#) od času 7:50.



Trail Praha pro mě byl kvalitní přípravou na kvalifikaci o Mistrovství Evropy v běhu do vrchu, která se konala v lyžařském areálu Peklák v České Třebové týden poté.

Nominační kritéria byla jasně daná. Právo na letenku do Itálie měli první tři muži z kvalifikačního závodu. Na startu se sešla kompletní česká vrchařská špička a celý závod byl velice napínavý. I když se mi neběželo ideálně, díky zkušenostem se mi podařilo vybojovat druhé místo a účast na červencovém ME v běhu do vrchu v italském městečku Arco, na břehu Lago di Garda, mě nemine!

Výsledky duben – červen 2016

6. místo	MČR v půlmaratonu	Pardubice
2. místo	SWS Transvulcania Vertical Kilometer	La Palma, Španělsko
1. místo	Transvulcania Half Marathon	La Palma, Španělsko
11. místo	RunCzech Karlovarský půlmaraton (2. z ČR)	Karlovy Vary
1. místo	Kilpi Trail Running Cup – Trail Praha	Praha – Petřín
2. místo	Kvalifikace na ME v běhu do vrchu	Česká Třebová

Přesto za zdaleka největší událost tohoto období považuji úspěšné dokončení vysoké školy, oboru Informační systémy a technologie na VŠE v Praze, ohodnocené titulem Ing.

Nyní se mohu plně soustředit na trénink a nadcházející závody. Sezóna brzy začne gradovat a mě čeká Mistrovství Evropy v běhu do vrchu v Itálii a další závody Světové série ve skyrunningu. Mimo tuto sérii stojí samostatné Mistrovství světa ve skyrunningu ve Španělsku.

Bude to zahrnovat hodně cestování, zato po samých nádherných horách, kde budu stát na startu s nejlepšími skyrunnery a běžci do vrchu z celého světa. Velice si vážím Vaší podpory a díky ní se můžu plně soustředit na svůj sen.

Plán závodů léto 2016

24.6.	SWS Santa Caterina Vertical Kilometer	odkaz	Itálie – Santa Caterina
2.7.	Mistrovství Evropy v běhu do vrchu	odkaz	Itálie - Arco
15.7.	SWS Dolomites Vertical Kilometer	odkaz	Itálie - Canazei
17.7.	SWS Dolomites SkyRace	odkaz	Itálie - Canazei
22.7.	Mistrovství světa ve skyrunningu	odkaz	Španělsko – Barruera
31.7.	SWS Coma Pedrosa SkyRace	odkaz	Andorra

Partneři

Moc děkuji ROYAL BAY za skvělý spontánní dárek!



ZÁMEČNICTVÍ ČERMÁK

