

# KDYŽ SE HOLKY ROZHODNOU: poplaveme přes La Manche

Je říjen 2020. Pandemie Covidu opět nabírá na síle a vláda vydává nařízení o uzavření bazénů. Po měsíci intenzivního trénování jsme opět "na suchu" :- ( Co teď? Přece to nevzdáme? Když jsme tak pěkně začali! Pocit beznaděje střídají šílené nápady. Jeden ale tak šíleně nevypadá :- ) Zkusíme to venku! Bazény nám přece nezavřou napořád...



**KAČKA HOŠKOVÁ**  
KAČKA JE NEJSTARŠÍ ČLENOU ODDÍLU, DNES MÁ JIŽ KVALIFIKACI UČITELE PLAVÁNÍ A PŘIPRAVUJE SE NA SVOU ROLI TRENÉRKY V ODDÍLU. VOZÍ MEDAILE Z DÁLKOPLAVECKÝCH ZÁVODŮ.

**Co je na trénování na kanál nejtěžší?**

Asi nejtěžší je udržovat si motivaci k tomu vlézt do té pekelně studené vody. Především když je nějaký den počasí „pod psa“. Ale vždycky vím, že mám kolem sebe skvělou partu, a že se vždycky navzájem podržíme. Zase na druhou stranu, uprostřed ledového rybníku se člověk rychle namotivuje k doplávání ke břehu.

**Kolikaterý máš plavky?**

Na otužování jsem si na podzim, když jsme s tím začaly, vyhradila jedny plavky, které už se mnou něco zažily a doufám, že ještě vydrží. Moje sbírka plavek celkem činí 17 kusů.

**TERKA BÖHMOVÁ**  
TERKA JE DRŽITELKOU TŘÍ MEDAILÍ Z POSLEDNÍ LETNÍ OLYMPIÁDY DĚTÍ. JE ÚRADUJÍCÍ MISTRYNÍ REPUBLIKY NA 50 M VZ VE SVÉ KATEGORII.

**Máš z něčeho, co Tě čeká, strach?**

Mnohem víc, než studené vody se bojím zvířat, která tam žijí. Nerada bych skončila jako jejich svačinka. Mám plán, že stejně jako pštros strká hlavu do písku, tak já zavru oči

a nebudu se dívat, kdo na mě z hlubiny kouká.

**Jak rychle plaveš – uplaveš žralokovi?**

Moje maximální rychlost je 6,9 km/h, rychlost žraloka je až 50 km/h. Tím pádem je to jasné, neuplavu, ale našla jsem si pár rad, co dělat při setkání se žralokem. Hlavně zůstat v klidu, nedělat rychlé pohyby, neotáčet se k němu zády, udržovat oční kontakt a když zaútočí, udeřit ho do čumáku a žeber. Ale snad žádného nepotkám a nebudu muset nic použít.

**DANČA SOUMAROVÁ**  
DANČA JE V ODDÍLE MEZI HOLKAMA „SLUŽEBNĚ NEJMLADŠÍ“, ALE ROZHODNĚ TO NA JEJÍ ODHODLANOSTI A HOUŽEVNATOSTI NIC NEUBÍRÁ.

**Jaký je rozdíl mezi trénováním na tréninky a na kanál?**

Rozdíl je jediný, na trénincích v bazéně nás trenérka topí v teplé vodě, na La Manche se topíme ve studeném rybníku.

**Ještě pořád se bojíš, že se utopíš?**

Toho, že se utopím se už tolik nebojím. Spíš mě trápí pocit, že kolem mě budou plavat ryby, které mi kdykoliv můžou ukousnout palec!

**KATY TOMKOVÁ**  
KATY JE VELKÝM TALENTEM, A TO NEJEN NA PLAVÁNÍ. SBÍRÁ MEDAILE A ZATÍM NEMÁ TITUL MISTRYNĚ REPUBLIKY JEN KVŮLI SMŮLE – VŽDY JI ZASKOČILA ZLOMENÁ RUKA, ČI CHŘIPKA, ALE I TO SE JEDNOU „PROLOMÍ“.

**Jaká byla nejstudenější voda, ve které jste plavaly?**

Nejstudenější pro mě byla voda o teplotě 1,5 °C, a to už jsem se vážně cítila, jako kdyby do mě bodaly stovky včel. S holkama jsme byly opravdu zmrzlé, stejně jako led, který nás obklopoval a občas si do nás i říznu.

**Co upečeš dobrého na kanál?**

Na kanál začnu péct minimálně měsíc předem. Nejen, že nebude tolik času díky intenzivní plavecké přípravě, ale jede s námi Emma!!! Ráda bych La Manche přežila ve zdraví a s hladovou Emmou by to mohl být velký oříšek. Koneckonců i když je vegetariánka, tak na otázku,

*Pokud kanál zdoláme, budeme sedmá štafeta s českou účastí, která kdy kanál přeplavala!*

**EMMA GEBAUEROVÁ**  
EMMA JE JEDNOU ZE SKALNÍCH ČLENEK PLAVECKÉHO ODDÍLU JIŽ OD JEHO ZALOŽENÍ.

**Jaké bylo první plavání potmě? Prý se na kanálu staruje za tmy – je to tak?**

Na kanál se vyráží za tmy; startujeme během noci, abychom do setmění štafetu dokončili. Největší problém při plavání ve tmě je vaše představivost – vymyšlení všech možných, a hlavně nemožných, potvor, co vás určitě chtějí ve vodě všechny sežrat.)

**Vydržíš hodinu bez jídla?**

Během plavání v rybníku se několikrát nalokáte zelené vody smrdící po rybině a plně všemožných zelených částic (radši nechci vědět, co v té vodě všechno plave). Žaludek vám to hezky vypláchne a jste ještě rádi, že to v sobě všechno udržíte. Na La Manchi navíc budou vlny a loď se bude houpat. Jak řekla naše trenérka, musíme se naučit zvracet do vody a ono to půjde. Sama nevěřím tomu, že to říkám, ale bude to asi poprvé, kdy se hodinu bez jídla obejdou.

**BÁRA PROŠKOVÁ**  
BARČA JE NEJHOUŽEVNATĚJŠÍ A NEJSMĚVAVĚJŠÍ ČLENOU ODDÍLU. JE TO NAŠE „POJIDLO PARTY“ – NEKAZÍ ŽÁDNOU LEGRACI.

**Jak dlouho bude každá z vás ve vodě při přeplavbě kanálu?**

S holkami se budeme střídát po hodinách. Vždycky jedna bude plavat ve vodě a ostatní budou odpočívat, jíst, počítat medúzy nebo v nejhorším případě zvracet do vody (krmit ryby). A podle toho, jak rychle budeme plavat, tolikrát se vystřídáme.

**Už umíš kliky?**

Jelikož náš malý kudrnatý satan Katy vymyslela challenge, kde jsme každý den měly udělat 100 kliků, tak jsem se je poměrně naučila. Sice to bolelo, ale zesílily mi ruce a udělala jsem fyzické testy na střední školu.

**MÍŠA ULIPOVÁ**  
MÍŠU JSME SI NAŠLY DÍKY BLÁZNIVÝMU PRAVIDLU – 50-50 (POLOVINA ŠTAFETY MUSÍ BÝT VĚKOVĚ DO 16 A POLOVINA NAD 16 LET), PROTOŽE JINAK BYCHOM NEMOHLY PLOVAT. JE TO ŠIKOVNÁ KRAULERKA A S HOLKAMA SI ROZUMÍ. JENOM BUDE MUSET PLAVAT RYCHLE, ABY STIHLA SVATBU KAMARÁDKY :-)

**Kolik kilometrů jsi v životě uplavala na jeden záťah nejvíc?**

Dvacet kilometrů. Každoročně, od svých 16 let, se totiž zúčastňuji MČR Dálkového plavání, kde se tato trať plave. I když, svoji první „dvacítku“ jsem plavala na Lipně, takže když se započítají vlny, bylo to možná i o něco víc.

**Myslíš, že se dá La Manche zvládnout sólo bez tréninku?**

Myslím, že La Manche je už dost velké sousto, na to, aby ho kdokoliv plaval bez nějaké přípravy. Na druhou stranu, při takhle dlouhých tratích podle mě hraje hlavní roli psychika a odhodlání. Když to nemáš v hlavě srovnané, neuplavíš nic.

**SÁRA KAZÍKOVÁ**  
TOU BÁJEČNOU TRENÉRKOU TÝMU JE SANDRA KAZÍKOVÁ, KTERÁ NEMÁ RÁDA, KDYŽ SE JÍ ŘÍKÁ „SANDRO“. ČESKÁ PLAVKYNĚ, KTERÁ JE DRŽITELKA NĚKOLIKA REKORDŮ A ÚČASTNICE OLYMPIJSKÝCH HER.

**Co na to trenérka?**

Co já na to? No, jak kdy... někdy je miluju, někdy bych je zabila. Ale raději si je ještě pošetrím, abych to nemusela plavat sama :- ) Jsou to moje holky šikovný!

**Kdo nejvíc v týmu frňná?**

Největší frňna je Katy. Až bude mistrovství světa ve frňnání, tak Katy bude druhá. Proč ne první? No, protože je to frňna! :- ) Naštěstí zatím zůstává u toho frňnání, jakmile začne klást odpor, budu muset zakročit.

*Tak to jsme MY, šílené holky, co mají šílený sen a rozhodně si ho splní!!! Nebude to jednoduché a máme před sebou ještě spoustu práce. Být s u toho s námi nebo nás podpořit můžete na našem webu <https://holkypreslamanche.webnode.cz/>*



*Držíme spolu, motivujeme se, překonáváme své limity a posouváme se k cíli, který se loni v říjnu zdál nedosažitelný.*