CESTY ZE DNA

Zpovědi sportovců, kteří porazili svůj osud

Cesty ze dna

Vyšlo aj v tlačovej podobe

Kolektiv

Cesty ze dna – e-kniha
Copyright © CZECH NEWS CENTER a. s., 2025

Všetky práva vyhradené.
Žiadna časť tejto publikácie nesmie byť rozširovaná
bez písomného súhlasu majiteľov práv.

EDICE Sport

CESTY ZE DNA

Zpovědi sportovců, kteří porazili svůj osud

CNC Books

Příjemné počtení vám přeje epet,
Váš dodavatel elektřiny a plynu

EDICE SPORT

© CZECH NEWS CENTER
ISBN tištěné verze 978-80-53030-03-8
ISBN e-knihy 978-80-53030-46-5 (1. zveřejnění, 2025) (epub)
ISBN e-knihy 978-80-53030-47-2 (1. zveřejnění, 2025) (mobi)
ISBN e-knihy 978-80-53030-48-9 (1. zveřejnění, 2025) (ePDF)

Intro

Ne sedm statečných, ale rovnou čtrnáct. Tolik osobností ze světa sportu přináší v knize Cesty ze dna svou zpověď, jak dokázaly překonat životní překážky nebo čelily zásadním okamžikům, které jim mohly zhatit kariéru a v nejkrajnějším případě je připravit o život.

Věčně usměvavá snowboardová hvězda si zlomila oba kotníky a svedla boj o čas i návrat na svahy.

Slavného fotbalového brankáře vyřadil úder do hlavy, a přesto se vrátil na top úroveň.

Skvělého biatlonistu doktoři v dětství připravovali na to, že bude mít endoprotézu.

Reprezentační kapitánce mohl vzít nádor na lebce pozemní hokej, dnešnímu fotbalovému trenérovi v sedmnácti kvůli rakovině řekli, že může mít před sebou ani ne rok života.

Mladý judista už neměl nikdy vstoupit na tatami, zápasníka MMA vykolejilo těžké zranění

Legendární žokej byl dokonce dvakrát prakticky mrtvý.

Nejde však jen o trable fyzického rázu, i když spolu všechno souvisí.

Psychicky vyčerpaná hvězda domácího biatlonu ztratila sama sebe. Hokejový reprezentant se nestydí za to, že vyhledal v zámoří odbornou pomoc kvůli závislosti na návykových látkách. Několikanásobnému olympijskému medailistovi vyrazilo vesla z rukou vyhoření.

Fotbalový obránce se léta vyrovnává s nepřízní veřejnosti, gólman, jenž byl u historických momentů svého klubu, musel dřít na stavbě v cizině. Basketbalová trenérka překonávala předsudky.

O rozličných nástrahách a milnících vyprávějí v této publikaci. A taky jejím prostřednictvím posílají vzkaz všem, které trápí jejich vlastní problémy, stojí na křižovatce a nemohou si vybrat směr. Nevědí, kudy kam. Hledají naději. Inspiraci. Příklad, že to přece jde.

Takže…

Řekni si: Tohle nejsi ty, musíš s tím něco udělat. Hned teď.

Nevzdávej to. Věř, že se to zlomí. Všechno se dá i navzdory bolesti na duši překonat.

Jsi silnější, než si myslíš.

Nesnaž se všem zavděčit a nezapomínej sám na sebe.

Ze všech scénářů svého života se upni na ten nejpozitivnější.

Málem osudová překážka se nakonec může ukázat jak dar.

Nemusíš být ve všem perfektní. Ale snaž se být připravený, až přijde ta pravá chvíle, vyplatí se to.

Buď dobrý, dej do toho vášeň a prosadíš se, neboj.

A v neposlední řadě: Miluj svůj život.

Eva Adamczyková

Od života jsem dostala dost

OUI, OUI

Byl to jen okamžik, a přece… V prosinci 2021 snowboardkrosařka Eva Adamczyková, tehdy ještě pod dívčím jménem Samková, kopla své prkno do cíle týmového závodu Světového poháru v Montafonu. Pár desetin sekundy nato však ležela v měkkém sněhu se zlomenými kotníky.
Do olympiády v Pekingu zbývaly dva měsíce, ale tohle byl moment, který hrozil koncem celé kariéry. Bojovnice známá finálovými knírky pod nosem se však vydala na patnáctiměsíční cestu z bolavé agonie k titulu šampionky.
Tím nicméně příběh nekončí. Královna ledových koryt plných nebezpečných nástrah se vdala za herce Marka Adamczyka a připravuje se na mateřskou roli. Budoucnost je pro ni otevřená kniha.

V Montafonu to byl takový divný závod, co se týče mazání, protože podmínky byly hrozně těžký. Nám to s Johnym Kubičíkem moc nejelo. Holka, která závodila za mnou ve čtvrtfinále, naštěstí neuměla moc předjíždět, anebo se bála. Takže mě nepředehnala a postoupili jsme do semifinále.

Přijeli jsme do cíle a s Johnym jsme oba řešili, co je špatně. Když jsem šla na semifinálovou jízdu, koukám, že mám jiné prkno. By the way jsem ho na kopci den předtím zapomněla a bylo tam celou noc, nenamazané, nepřipravené. Ale jak se podmínky měnily, náš servisák Kašpi mi ho dal.

Vyrazila jsem a najednou to jelo úplně jinak. Náš závod je štafetový, startovala jsem čtvrtá, ale pak jsem holky po cestě nechávala za sebou. Díky tomu jsme se dostali do finále. Hrozně jsem se těšila a cítila se dobře. Ale Johnymu to nešlo. „Dojedu poslední, nevím, co budu dělat," povídal před finále.

„To vůbec nevadí, dojeď v klidu poslední a já je předjedu!" uklidňovala jsem ho.

Takže jsem vyrazila a vlastně jsem soupeřky první půlku tratě ani nechtěla dohnat, protože by to bylo moc brzy. Trochu jsem brzdila a pak čekal poslední skok, sešup dolů a jenom pár boulí. Do cíle už to byla placka a já jsem cítila, že nabírám rychlost, že se za nimi vyvážím. Jenom jsem věděla, že to tam chci nahulit, ale netušila, jestli to klapne na první, nebo na druhý místo. Byli jsme všichni hrozně natěsno.

Vlítla jsem mezi ně a předkopla prkno. Jen-

že to moc neumím, takže jsem to udělala blbě a podle mě i trošku brzo.

V cílové brzdící rovince jsem se nestočila na záda, ale na břicho. Úplně si pamatuju, jak mi blesklo hlavou: Tady se rozkutálím. No a to byl možná ten problém. Trošku jsem vypnula, nesnažila se karambol zachránit. Jak jsem spadla na břicho, jela jsem nohama napřed.

Taková věc se mi přihodila poprvé v životě. Podobná zranění se vždycky stávají při pádu, který člověk nezná.

Špatný! Ty vole, nohy...

V jednu chvíli mi nohy spadly do sněhu a přední hrana se v sedmdesátikilometrové rychlosti zasekla tam, kde mám špičky.

Celou mě to přetočilo. Všechna energie sjela do kotníků, došlo k velké kompresi. Myslím si, že jsem spadla i kvůli sněhovým podmínkám, protože cíl byl měkký a mělo se to o co zaseknout.

Kdyby byl terén normálně ledový nebo urolbovaný, jak to bývá, tak třeba trochu narazím, ale nedojde k radikálnímu zásahu. Tam jsem ale zarazila špičky a zbytek těla se mi přetočil na druhou stranu, energie neměla kam podklouznout.

V ten moment si člověk všechno uvědomí, přece jenom nějaký zranění zažil. Věděla jsem, že je to špatný, ale ještě ne jak.

Johny ke mně přiběhl, byl nadšenej, protože bylo super, že jsme skončili druhý. A já už rovnou hlásím: „Špatný! Je to špatný! Ty vole, nohy...“

Cítila jsem určitý tlak. Nebyla to vlastně úplně bolest.

V Rakousku jsou naštěstí super záchranáři, takže přijeli poměrně brzo. A docela rychle mi něco píchli do žíly, takže mě to až zas tolik nebolelo. Pak jsem si nechala ještě trošku přidat...

Hlavně jsem se bála, abych neměla třeba utržený achilovky, přetrhaný vazy. Zlomenina se přece jenom hojí trošku líp. Když kost sroste, je to spíš pevnější, kdežto vazy už mají na sobě nějakou jizvu a nepruží, jak by měly.

Ptali se mě, jestli zvládnu odjet na skútru vsedě. Odpověděla jsem: „Jo, jo, jo.“

Jenže uběhlo dalších dvacet minut a říkala jsem jim, že už to nedám, že musím na saních.

Přímo pod kopcem je sanatorium doktora Christiana Schenka. Takovej blázen rakouskej, ten mě pak operoval. Chodily mi zprávy od lidí ze světáku, od Rakušáků a od Němců, že ho znají a že je kapacita. Že za tímhle ortopedem jezdí nejen fotbalisti ze zbytku Rakouska. Tušíte, že jste v dobré péči. Zvlášť v téhle oblasti pod skiareály ty operace prostě sekají...

Věděla jsem, že je to blbý, ale dokud nevyřknou úplně jasný verdikt, tak člověk furt trochu doufá. Jenže když kotníky zrentgenovali, oznámili mi, že jsou zlomené.

V té chvíli jsme se rozbrečela. Najednou je to finální. Doufat už nemůžete. Na druhou stranu jsem si pak uvědomila, že to aspoň nejsou utržený achilovky.

Doktoři přišli s tím, že prý půjdu rovnou na operaci. S trenérem Markem Jelínkem jsme rozebírali, co bude, že přijde na řadu až večer, a tak budu muset čekat.

A do toho mě prozváněl Marek, můj muž. Nemohl se mi dovolat, nebrala jsem mu telefon a on viděl jenom výsledky, protože zrovna týmový závod nedávali v televizi. Takže volal Jelenovi, ten mi ho dal a můj Marek říká: „No tak to je super, ty jo! Gratuluju! Vy jste byli druhý!"

A já: „Mám zlomený nohy..."

„Cože?!" ozvalo se na druhém konci.

Nějak jsem mu to vysvětlila, odoperovali mě a druhý den ráno za mnou ještě přijeli kluci z týmu, kteří pokračovali na závody do Cervinie. To se nám stává ne úplně pravidelně, ale dost často, že když jsou dva za sebou a někdo se na prvním zraní, ostatní frčí dál.

Takže mě tam nechali a já jsem doufala, že se třeba do tří čtyř dnů dostanu domů. Doktoři ale neměli v plánu mě pustit, chtěli si mě u sebe nechat deset dní. Je pravda, že péče byla fantastická. Je to soukromé sanatorium, obskakovali mě. Skvělé bylo, že po narkóze jsem se brutálně vyspala. Asi to byla trochu delší operace.

Pak jsem se dozvěděla, že to mám v nohách sešroubovaný. V jedné jsem měla destičky a šrouby, ve druhé jenom šrouby. A všechno zabalený v dlahách, sádru jsem mít nemusela. Dali mi ortézu, jenom jsem ležela na pokoji, chladila zraněná místa a dopoledne i odpoledne šla na fyzio. Dostala jsem elektroléčbu, mikroproudy na podpoření regenerace, lymfatickou masáž, lehce mi to rozhýbávali.

Závod s časem

S doktorem jsme se bavili o tom, že se zakrátko koná olympiáda. Nechci urazit žádného z ortopedů, ale ze zkušenosti vím, že mají docela velká ega. Takže bylo vidět, že Christianu Schenkovi představa, že ji jedu, přišla skvělá. Ptal se mě, jestli na ni chci a za jak dlouho je.

„Já chci hlavně chodit, ale je za dva měsíce..." odpověděla jsem.

Pooperačních deset dní bylo poměrně intenzivních v tom, že jsem zlomeninu začala normálně zatěžovat. To je potřeba, tlak na zlomené spoje je pro srůstání dobrý. Ale tohle bylo krapet rychlejší a radikálnější. Myslím si, že v Rakousku mají přístup trošku jiný než v Česku.

Na fyziu jsem seděla na lehátku, měla pod nohou váhu a koukala, jestli zvládnu zatlačit pět kilo, nebo deset. Poslední den po operaci jsem už chodila. Teda spíš jsem se tak kolíbala. Doktor se šel na mě podívat, vzal mě na chodbu: „Tak mi ukaž, jak chodíš bez berlí!"

A já šla. On mi pak jednu berli vzal. A potom i druhou. A furt: „Tak choď, ne? Vždyť to máš sešroubovaný, nic se ti s tím nestane."

Cítila jsem, že to nejsou moje nohy. Že jsou to nějaký tyčky. Ale vlastně mě to nebolelo.

Po deseti dnech jsem se vrátila do Čech. Byla jsem samozřejmě nadšená, že můžu chodit,

takže člověk pak ujde víc, než by možná měl. A pak to bolet začne...

Potkala jsem se s fyzioterapeutem Pavlem Kolářem, Jirkou Dostalem, podíval se na mě i ortoped Robert Frei. Ještě s Jelenem a manažery jsme udělali sympozium a řešili, co dál. Jestli olympiádu stihnu, zda se o ni pokusíme. Před čínskými Hrami bylo vůbec dost zranění. Sofia Goggiaová to nakonec stihla, ale měla ho menší. To moje bylo fakt brutální.

Všichni v našem týmu, ale hlavně já, jsme situaci vnímali takhle: Pojďme olympiádu zkusit. A když neklapne? O. K., pak to můžu zabalit.

Kdybychom o takové možnosti nezačali mluvit, samotnou by mě asi nenapadla. Vždyť jsem měla zlomený nohy... Ale olympiáda je samozřejmě velká motivace, nějakou dobu jsem k ní směřovala. A závod v Číně byl dobrej, cítila jsem se tam v pohodě. Probírala jsem to s Jelenem, ten se zase bavil s Pavlem Kolářem a Robertem. A oni naznačovali, že když do toho jde člověk hodně intenzivně, může to přinejmenším zkusit.

To mě překvapilo. Ale když vám někdo nabídne takovou příležitost, jste pochopitelně rádi a skočíte po ní. Navíc se o mě začali starat. Minimálně jednou denně jsem byla v Centru pohybové medicíny Pavla Koláře na podpůrných léčbách. Doma jsem měla půjčené BTM magnety. Jde o magnetické záření, postižená místa se prokrví a měla by se líp hojit.

Do toho jsem chodila ve sklepě na air bike. Když mě bolely nohy, tak jsem třeba jela jenom rukama, abych si podržela fyzičku.

> „Poslední den po operaci jsem už chodila. Teda spíš se tak kolíbala. Doktor mi vzal jednu berli. A potom i druhou. A furt: ‚Tak choď, ne? Vždyť to máš sešroubovaný, nic se ti s tím nestane.'"

A zkoušela jsem si snowboardové boty. Ležela jsem doma na gauči a nazula si je. V tu dobu jsem nepřemýšlela, jestli se mi povede tak rychlý návrat. Můj případ byl tak specifický, že ani doktoři neřekli: Má se to každý den zlepšit o tolik a tolik. Všichni jsme doufali, čekali, co se stane.

Trvalo to měsíc a já jsem se rozhodla, že nebudu mít v hlavě, co bude pak, ale půjdu den po dni. Že každý z nich se budu snažit splnit, co jsme si dali za cíl. A pak se uvidí.

Ležím doma v botách...

Ve snowboardových botách jsem měla jeden velký problém. Když jsem si do nich dva nebo tři týdny po operaci vlezla, vydržela jsem v nich na gauči ležet deset minut. Jizvy byly na nártech, a jak mě boty tlačila, bylo to celý rozsekaný. Strašný... Pak jsem v nich chodila i na air bike, ale vydržela zase deset minut. Bylo to na prd, úplně mi to nepomáhalo.

V lednu jsme chytla covid a nemohla jet do Rakouska na kontrolu, takže jsem zůstala doma. Dva dny jsem strávila v posteli, ale nohy si trochu odpočinuly. Pavel Kolář mi řekl: „Byl

jsem trošku rád, že jsi covid měla, protože jsi aspoň ležela."

Potom se mi zas chodilo dobře. Ale s tím, že bych měla zase závodit, to bylo všelijaké. Byli jsme v kontaktu s předsedou olympijského výboru Jirkou Kejvalem a s vedoucím výpravy Martinem Doktorem, už bylo potřeba moji účast rozseknout. Od Jirky jsem měla půjčeného řidiče Vítka, bývalého veslaře, který se mnou strávil celý měsíc. Vždycky pro mě přijel ráno, odvezl mě na všechny terapie a v pět odpoledne opět vrátil. Všichni mému muži říkali: „To je super, teď ji máš doma!" A on na to: „Právě že doma vůbec není!"

Po měsíci jsme si sedli a já si nedokázala představit, že bych závodila. I jenom to, že bych jela po sjezdovce, bylo takový... A že bych se pustila do trati, tak to vůbec.

Podle rentgenových výsledků zlomeniny srostlé byly, ale Pavel Kolář varoval, že kdybych se náhodou rozhodla přes všechny bolesti jet, nacpaná prášky, a náhodou si kotníky zlomila znova, byl by to daleko větší průšvih. Zaznělo i to, že třeba v šedesáti chci přece normálně chodit.

Tak jsme se na to vyprdli a mně se pak hrozně ulevilo. V první moment je to sice na nic, protože jsem trošinku viděla světlo na konci tunelu a zničehonic mi přišlo líto, že přestanu doufat. Ale hned druhá vlna pocitů byla, že teď vlastně nemusím nic řešit. Zpětně jsem zjistila, že jít do všeho měsíc ze dne na den a nic neočekávat bylo dobré rozhodnutí.

Po tom, co se účast na olympiádě vyjasnila, jsem vypnula. Neměla jsem skoro žádný emoce, nic. Jen jsem tak doma tupě ležela a byla ráda, že vím, na čem jsem. A i když se od začátku zdála má snaha možná jako nereálná a nakonec se zázrak nekonal, jsem ráda, že jsme to zkusili. Nemám v hlavě, co by kdyby.

Jak jsem mluvila o tom, že mě bolely nohy ve snowboardových botách, doznívalo to ještě první půlku další sezony. Bylo to prostě velký zranění. Předpokládala jsem, že to půjde dobře díky zkušenostem z těch předchozích. Tehdy mě na snowboardu nic nebolelo. Po křížovém vazu jsem byla nesvá, bála se, ale jezdilo se mi v pohodě. I po Soči, kdy jsem měla zlomený kotník. Jenom jsem potřebovala získat zpátky sebevědomí.

Tentokrát to bylo jiné.

Trable na Bubákově

Poprvé jsem šla snowboard zkusit koncem března. Se ségrou jsme vyrazily k nám na Bubákov. To je takovej debil plac, fakt placka, takže ideální. Hrozně jsem se těšila.

Od chvíle, kdy jsme rozhodli, že nepojedu na olympiádu, jsem na nohách snowboardové boty neměla. Vlezla jsem do nich necelé čtyři měsíce po operaci.

A nebylo to dobrý.

Měla jsem problém už jenom nastoupit na lanovku. Jak na ní člověk sedí, jednu nohu má zapnutou a manipuluje se snowboardem...

Šílený. Vůbec mi to nešlo, všechno mě bolelo. I vystupování z lanovky, to jsem měla hrůzu v očích. Do nohou jsem se nemohla opřít. Říkala jsem si: No, tak to jsem teda zvědavá...

Ještě na backside, na paty, jsem se, dejme tomu, postavila. Ale měla jsem pocit, že mám zasádrovaný nohy a k tomu mě ještě bolí. Takže nic moc. Ani jsem na jaře a v létě nejela na žádné soustředění na sníh. Začala jsem řešit, že mám v kotnících omezenou hybnost a potřebuju zvětšit rozsah pohybu.

Ale hlavně, protože jsem hypermobilní, to pro mě byl extrémně nový pocit.

Chodila jsem na fyzio, běhat jsem moc nemohla. Kulhala jsem, levou nohu měla horší. Na Dukle máme běhátko s odlehčením, což bylo super na začátku rehabilitace. Zatěžujete jen třicet procent své váhy. Najednou jsem běžela, bylo to super, ale čím víc jsem přidávala, tak se úžasný pocit ze začátku ztrácel a bylo to zase... Hrozný.

Čtyřka z deseti

Cítila jsem se, že mám tupou nohu, moc ji neovládám a zároveň ještě bolí. I když jsem běhala jako trotl, nezlepšovalo se to. Na jaře jsem ještě začala jezdit na koni, na mém Pepinovi. Měla jsem nohu ve třmenu, počítala jsem s tím, že když tak pojedu nějakých deset minut. A paradoxně jsem vydržela hodinu a půl, patu jsem tlačila dolů. Aspoň tohle můžu, napadlo mě.

Přidala jsem i kolo, ale ten rok jsem toho

Red Bull
TOYOTA
BURTON

taky moc nenajezdila. Do půlky léta jsem cítila, že zranění potřebuje trošku čas. Docela jsem se naučila dát na vnitřní pocit sportovce, jestli se to dá takhle nazvat. Po deseti letech se člověk už trošku zná.

Někdy v srpnu už jsem se ale posunula: Musím to trošku nahulit, dát nějakou zátěž. Protože jsem kotníkům dala půl roku čas a furt nic. Je hrozně znát, jak svaly odejdou a nedokážete je zapnout. Hodně mi pomáhalo, že jsem chodila na magnetoterapii. A přes jednoho kamaráda jsem se dostala do Berouna k fyzioterapeutovi, který měl ještě jiný přístup. Takže jsem všechno kombinovala. V Berouně jsme přidali trochu zátěže, jasně, trochu to cítíte, ale říká se: Bolest do čtyřky z deseti je dobrá...

Dala jsem tomu trošku přikouřit. Dělala jsem cvičení na zvětšení rozsahu pohybu, ale s lehkým závažíčkem. Když to druhý den nebolelo víc, tak to bylo vlastně dobře. Cítil jsem zlepšení, že jsou nohy rozhýbaný, že se dostávám dál.

Začátkem září jsem jela poprvé na soustředění na sníh, do Madridu do haly. Ale bylo to taky příšerný. Naposledy jsem jezdila v březnu, kdy to bylo na prd, a moc se to nezměnilo. Neustále jsem měla pocit, že mám zasádrovaný bolavý nohy. Nezažila jsem úplně pozitivní přípravu...

Svatba v Krkonoších

Na podzim jsem si brala Máru. Domluvili jsme se, že svatbu musíme naplánovat, jinak se už nikdy nevezmeme. Anebo za dvacet let. Takže jsme se shodli: V Krkonoších na podzim, to bude super.

Samozřejmě to je riskantní vzhledem k počasí, ale čert to vem´. Já mám tohle roční období hrozně ráda. Jen jsem musela termín trochu sesynchronizovat s týmem, abychom si udělali volno. Pomohli nám dva kamarádi: nejsou úplní koordinátoři svateb, ale taky je dělají. I oni jsou z uměleckého, hereckého prostředí. Což pro mě bylo důležitý – aby to nebyli nějaký radikální svatební organizátoři s vysílačkami, kteří mi budou říkat, kde mám stát.

Já jsem zařizovala dort. Když jsme objednávali jídlo, poslali mi seznam, co by na hostině mohlo být. V pohodě, odsouhlasila jsem to. Nejvíc jsme řešili ubytování a hosty.

Šaty mi ušila kamarádka Iva Burkertová, která má módní značku Odivi. Původně jsme s Markem mysleli, že se stihneme vzít v červnu, takže jsem u ní byla už v březnu. Od té doby jsme šaty řešily, i když ne nijak intenzivně. Vyzkoušela jsem si ty, které má, jakým směrem chceme jít. Iva je skvělá, jak je v klidu. Zvládly jsme vše na pohodičku. Chodila jsem si za ní spíš pokecat a mezitím jsme šaty vyřešily..

Ve svatební den jsem naštěstí nemusela dělat nic. Vlastně mi přijde, že nevěsta je od rána zavřená, nechá se líčit a vyjde až ve dvě hodiny. Ženich přijede a se všemi se dá do řeči.

Kvůli noze jsem potřebovala co nejnižší boty na podpatku. Jak jsme šli po louce, ségra mi ří-

kala, ať se jí radši držím, aby se mi nezvrtnul kotník.

Byla jsem nadšená, krásný zážitek. A příjemný odreagování, myslela jsem i na svatbu, a ne jenom na nohy.

První závod

V říjnu se to začalo pomalu zlepšovat, co se týče suchý přípravy, ale na snowboardu stále ne tolik, jak bylo potřeba. Nebyla jsem si jistá, co si můžu dovolit.

Myslela jsem si, že v prosinci pojedu na první závody v Les Deux Alpes a jen si zkusím trénink. Ale cítila jsem se líp a i Jelen za mnou přišel, že když nám zrušili Montafon, jestli to nechci zkusit už teď.

Mně to taky přišlo automatický. Brala jsem to tak, že jde jenom o kvalifikaci. Člověk si před ní dá trénink, může odstoupit, kdy chce. A bylo hezký počasí.

Nakonec jsem kvaldu odjela. V zatáčkách jsem nebyla nejjistější na světě. Jelen, jak mě zná, viděl, že jsem byla opatrnější. Ale skončila jsem pátá a říkala si: Trošku škoda...

Ne že bych byla naštvaná, bylo to úžasný. Jela jsem první trénink na svěťáku a další den fakt tu kvaldu. Bylo to pro mě hrozně důležitý. Z blbýho, ponurýho podzimu se to najednou přehouplo do docela dobrý nálady a pěknýho ježdění.

Pak jsme se přesouvali do Cervinie, kde jsem vyhrála malý finále, takže jsem byla první závod pátá. A druhý den jsem skončila v druhém závodě čtvrtá, poslední ve velkém finále.

Byla jsem zpátky. I ostatní snowboardisti za mnou chodili: „Wellcome back!“ A už to opravdu bylo závodění. Normálně jsem jela ve čtyřce, snažila se předjíždět. Nebylo to nejlepší jízdy, ale už jsem se zase cítila v závodním módu. Konečně!

Vzpomínky na zranění

Následky zranění cítím ještě teď, když se třeba mění počasí. Tehdy jsem měla hrozný problém hlavně ráno. Přes noc si nohy odpočinuly, ale ráno byly ztuhlé a nemohla jsem je vůbec ohnout. Vstala jsem, prvních dvacet minut ťapala, než se mi trochu rozhýbaly, a začala jsem normálně chodit. Zátěží se to trochu zhoršilo.

Po jízdách na snowboardu byly nohy unavené, pobolívaly. A hlavně, při ježdění občas najedete na bouli, kotníky na něco narazí a pak se začnou ozývat. Z jezdeckého pohledu jsem byla v pohodě na osmdesát procent.

Celou sezonu jsem řešila frontsidový zatáčky. Neopřela jsem se do toho úplně jako dřív. Měla jsem pořád obavy, stála na snowboardu trošku jinak, a když přišla těžší zatáčka, tak jsem neměla koule to tam poslat. Myslím, že první závod, kdy jsem fakt měla pocit, že jedu naplno ve všem, byl na mistrovství světa v Gruzii.

Před ním jsme díkybohu měli pauzu a trénovali na Dolní Moravě. Zásadní bylo, že se ko-

RedBull
SMITH

nalo až v březnu. Většinou bývá na konci ledna a to by ještě neklaplo. Termín nám hrál do karet. A hlavně, vyhrát šampionát tuhle sezonu nebyl vůbec žádný cíl. Na podzim zněl výhled takhle: Když začnu startovat na závodech, bude to super.

Na Dolní Moravě jsem se rozjezdila. Měla jsem tam hodně jízd, před mistrovstvím světa to byl strašně důležitý trénink. Čekala mě trať na pětatřicet, čtyřicet sekund, větší skoky. Do toho skútry, takže jsme mohli dát dopoledne třicet jízd a odpoledne taky. K tomu ještě posilovna.

Myšlenka z gauče

Vtipný bylo, že týden před šampionátem jsem ležela doma na gauči a najednou mě napadlo: Tak já to mistrovství světa asi vyhraju...

Pak jsem se tomu začala smát. Byl to takovej divnej pocit. Myslím, že pramenil z toho, že jsem se konečně cítila dobře. Na sto procent jsem zajela do své závodní rutiny.

Neměla jsem ale žádná očekávání. Vždyť jsem už předtím světový šampionát vyhrála. A to, že na něm můžu naplno závodit, bylo vlastně nejvíc, splněný cíl. Už to, že jsem byla naprosto v pohodě, pro mě bylo obrovský zadostiučinění. A myslím, že i kdyby se mi mistrovství nepovedlo, na konci sezony bych si řekla: Je super, že můžu normálně jezdit.

Věděli jsme, že v gruzínském Bakuriani jedeme do divokých podmínek, co se sněhu a poča-

sí týče. Je pravda, že jsem se musela cítit dobře fyzicky i psychicky. Měli jsme možnost trať testovat, což je ale vždycky trochu ošemetný. Zkoukli jsme ji a Jelen prohodil: „Testing by nemusel být špatný. Třeba bude hnusně, budeš mít dvě jízdy navíc, to se vždycky hodí. A já jsem si říkala: Jo, proč ne.

To, že jsem si trať zkusila, bylo hrozně důležitý. Vzhledem k předpovědi hrozilo, že se celý program zkrátí ze čtyř dnů na dva. Závodníci, kteří šli testovat, měli velkou výhodu. Byl to jeden z faktorů, který pomohl k úspěchu.

A druhá? Profil tratě vyhovoval spíš mně, start byl docela technický. A pak na ní byly úseky, na kterých se můžu od ostatních holek odpoutat, nebylo to moc lehký. V prostřední pasáži na nás čekaly boule, které je trochu nakopaly, ale já jsem je projela dobře. Už tím jsem trochu získala.

Pak následovaly další boule, které jsem mohla dobře prošlapat. Trať nám šla fakt dost naproti.

Třetí věc: ten den nám vyšla super máza, fakt to jelo hodně dobře.

A čtvrtá: Chloe Trespeuchová a Charlotte Bankesová vypadly. Dvě holky, které mi v té době byly nejblíž, se mnou ve finálové jízdě nebyly. Nedivila bych se, kdyby Charlotte jela klasicky ze zadní pozice a pak by mě předjela v cíli. Cílová rovinka byla strašně dlouhá a opravdu se tam závodnice předháněly, protože se mohly skvěle vyvézt. Naštěstí ve finále za mnou jela Jossie Baffová a byla už moc daleko. Závětrný pytel funguje jen do určité vzdálenosti.

> „Vtipný bylo, že týden před šampionátem jsem ležela doma na gauči a najednou mě napadlo: Tak já to mistrovství světa asi vyhraju…“

Jdeme vyhrát!

Byl to takový ten den, kdy všechno zapadne do sebe. Sníh byl sice divnej, někde mokrej, někde zmrzlej, nebylo vůbec příjemný v něm jezdit, ale já se cítila fajn. Už od rána jsem měla dobrou náladu. Byli tam freestylisti a já si dělala srandu: „Tak to dneska jdeme vyhrát!“

Občas ani nevíte, co uděláte, a funguje to, aniž byste se extra snažili.

Na startu před finálovou jízdou jsem byla hrozně spokojená, úplně v pohodě: To je super, jsem tak šťastná, že tady můžu být! Pojď vyhrát pro sebe…

Jsou to dva protichůdné pocity, ale ono to tak na startu dost často je.

Mám splněno, vždyť je super být ve finále na mistrovství světa po takovém zranění…

Díky tomu chcete s lehkou hlavou ještě o to víc vyhrát, ale bez křeče. Cítila jsem velkou vděčnost.

Závod byl dobrej. Podařilo se mi narvat se hned do první zatáčky a pak už jsem se jenom snažila to nepodělat a dřít. Dole jsem si mysle-

la, že chcípnu, byla to fakt docela dlouhá trať s hodně boulemi, pořád jsem musela něco dělat. Byla jsem hrozně unavená. Ale díky zkušenostem jsem si dávala záležet i na posledních překážkách, abych nic nepodcenila.

Když jsem projela cílem, bylo to…

Bombastický!

Jossie skončila poprvé druhá, byla taky nadšená. Dole čekal celý tým, bylo to úžasný. Vtipný bylo, že se o mně tehdy natáčel dokument. Jako by ve scénáři bylo napsaný, že jsem vyhrála i kvůli němu.

Pohyb a emoce

Za odměnu jsem si dala účast v soutěži StarDance. Šla jsem do ní s tím, že jsem vyhrála mistrovství světa a další sezona naštěstí bude bez nějakého vrcholu.

Samozřejmě, moje povolání, moje práce je závodit. A byla jsem možná jediná ze sportovců, která během StarDance aktivně sportovala. Tedy asi ještě s Vávrou Hradilkem, protože kariéru ukončil až potom.

Hrozně jsem se těšila. Ne, snowboard mě neštval, ale bylo zajímavé udělat změnu. Samozřejmě, že když na podzim napadl sníh v Krkonoších a já jsem byla pořád ve zkušebně, tak mě to tolik nebavilo. Po šestém díle jsem jela na otočku v neděli na splitboard do Krkonoš. Tanečnímu partnerovi Kubovi Mazuchovi jsem oznámila: „Já musím, už jsem tu půl roku zavřená."

To je jedna z věcí, která pro mě byla trošku frustrující. V první chvíli si neuvědomíte, že se budete připravovat a furt čumět do zrcadla uvnitř. Byla jsem z toho úplně vyřízená, protože jsem zvyklá být dost venku.

Celkově to byl intenzivní zážitek. Ze sportu jsem zvyklá na dost věcí, emočně vypjatých. Ale s Vávrou nás oba překvapilo, jak moc ty večery člověka vtáhnou. Pamatuju si, jak přišel po waltzu a říkal: „Ty vole, to byl zážitek, měl jsem úplně husinu." A to skáče z vodopádu na kajaku. Řekli byste, že minuta a půl na parketu ho nevytrhne…

Když StarDance skončila, zjistila jsem, že mi nejvíc chybí tréninky s Kubou. Byl to super čas, poznávala jsem nový věci. Na minutu a půl se kousnout a udělat nějaký fyzický výkon docela umím. Ale dobře tancovat, snažit se vše zvládnout co nejlíp technicky a pustit do všeho trochu emoce – to pro mě bylo úplně nový. A těžký. Učila jsem se s nimi pracovat, protože jinak je to o ničem.

V mém sportu nemusím řešit, jak se tvářím, v průběhu závodu se emoce snažím trošku utlumit, abych si zachovala čistou hlavu. Neříkám, že ve StarDance jsem něco hrála, ale bylo potřeba skloubit pohyb s řízeným prožitkem, aby mi lidi uvěřili.

Jsem ráda, že jsem to zkusila. Hezké je, že něco takového už člověk nikdy nezažije znovu. Už nebude žádná první StarDance. A ještě lepší to bylo díky Markovi, že jsme tam byli spolu. Měli jsme pochopení pro druhého, že je furt pryč.

Moc jsem si StarDance užívala. Celý tým lidí, kteří se o nás starali, ostatní soutěžící… Říká se, že je to takový dětský tábor, a člověk se jako na něm skutečně cítí. Lidé občas říkají: Vždyť je to soutěž. Ale tréma, nervozita, nejistota nás hrozně stmeluje. Protože všichni jsme nejistí, jestli to zatancujeme, všichni se trochu bojí a jdou s kůží na trh.

Měsíc v Americe

Následující jaro jsem si uvědomila, že jsem hned po mistrovství světa naskočila do StarDance a ze StarDance do další sezony. Vlastně jsem neměla volno.

V dubnu mi blesklo hlavou: To je bomba! Po roce práce mám najednou čas. A byla jsem ráda, že jsme s Markem vyrazili na celý měsíc do Ameriky. Měla jsem čas si odpočinout.

Duben mám takhle už deset let: skončí sezona a vyjíždím na dovolenou. Rok předtím po světovém šampionátu jsem si dala měsíc na koních. Byla jsem sice hodinu od Prahy, ale vrátila se do dětských let.

Mám pocit, že na to, abych se naladila, že opravdu vypnu, jsou tři týdny minimum. Měsíc je v tomhle ohledu skvělý. Na pár výletů, na Bali, na Srí Lanku, jsem jela vždycky. Úplně vypnout, odpojit se od rutiny je pro mě strašně důležitý.

V tréninku je potřeba nějakou rutinu, řád zachovat. Mám to ráda, ale najednou nemusím dělat vůbec nic – a bez výčitek. Tak se měsíc válím. A tu Ameriku jsem si dlouho přála. Cestu jsme museli řešit hodně dopředu, protože Marek si se svojí prací nemůže jen tak vzít měsíc volno.

Lístky od Hertla

Až v zámoří mi došlo, že se člověk ocitne čtyři týdny někde, kde ho vůbec nikdo nezná. A je to skvělý! Doma si taky můžu chodit, jak chci, je to vlastně úplně v pohodě, jenže přece jenom občas zaregistruju, že si mě někdo všimne. Nebo když jdu do společnosti, je to prostě jiný.

A hlavně jsme ve Státech neměli žádný nalinkovaný program: Dneska buď přespíme tady, anebo pojedeme někam dál, tam má být hnusně, tak to změníme... Docela jsme se hýbali, nachodili jsme asi dvě stě sedmdesát kilometrů. Obden jsme vyráželi na menší túry. Čas tam člověk neřeší, jen to, co si dá během dne k jídlu.

Mám to hrozně ráda. Za měsíc načerpám síly a chuť, že se můžu znovu těšit na trénink. Zbytek roku zase dělám něco v kuse. I Marek si přivezl velký zážitek, protože nikdy nikde tak dlouho nebyl.

Amerika byla fantastická. Rozměry jsou úplně jiný. Miluju Českou republiku, chci v ní žít, ale tam na vás dolehne, jak je všechno obrovské.

> „Na minutu a půl se kousnout a udělat nějaký fyzický výkon, to docela umím. Ale pustit do toho emoce, to pro mě bylo ve StarDance úplně nový."

Jó, Grand Canyon... Je vtipný, když ho vidíte a pak takhle vydechnete.

Byli jsme i nahoře, začínali jsme v Seattlu a projeli státy Washington a Oregon, pak poměrně rychle Nevadu a nakonec i Utah. Měli jsme naplánované, že chceme vidět hlavně národní parky.

A vydali jsme se taky na NHL. Do Las Vegas jsme nepotřebovali, ani se nám nějak nechtělo. Ale tamní Knights byli v play off. Jejich útočník Tomáš Hertl mi dal dvě vstupenky.

Před x lety jsme se asi na deset minut viděli, tak jsem mu napsala: „Čau, je to asi fakt dost trapný, ale my jsme teďka v Las Vegas, nemáš náhodou dva lístky?" Zařídil nám je, tak jsme šli na zápas play off, což jen tak nezažijete.

Tomáš je úplně zlatej!

Změna řádu

Teď se mi ale život změní, protože s Markem očekáváme potomka. Mám volno, trochu cvičím, užívám si to. Člověk neví, co má čekat. Ani si nechci dávat do žádných škatulek představy, jak by všechno mělo vypadat. Mám zkušenost,

hang 2018
1
CZECH OLYMPIC TEAM

že když si nedělám nějaký velký plány, o to míň věcí mě překvapí.

Chodím se psem na vycházky, za koňmi, byla jsem za ségrou v Krkonoších. Takže paráda… Zevlím si, ale stejně každý den něco dělám. Asi bych nedokázala jen ležet na gauči, to by mě nebavilo.

Kdy dítě přijde na svět, nemám potřebu sdělovat. Soukromí si snažíme hlídat. Můj chorobopis asi všichni znají, ale to mi vlastně nevadí. Tohle je ale věc, kterou si střežím.

A sportovní stránka? To je neznámá. Po zranění jsem jela v zajetém rytmu. Rehabilitace – a valím dál. Nyní ovšem poznávám něco nového a nedokážu se dopředu nějak rozhodnout. Ani odhadnout, jestli se mi bude chtít závodit, nebo ne.

Myslím si, že mám nárok na obojí. Je to jenom na mně. Chci být hlavně v pohodě, spokojená. Vnímám to tak, že bych na sebe mohla vytvořit tlak, a tak budoucnost nechávám úplně otevřenou. Jasně, do nějaké chvíle se budu muset rozhodnout i kvůli fyzičce, abych byla schopna závodit. Ale v dnešní době to s dítětem není nic neobvyklého. Neříkám, že se takových ženských vrací mraky, ovšem přijde mi, že před deseti lety se to stávalo mnohem míň.

Takže když budu chtít, mám přinejmenším možnost se na svahu znovu objevit. Dvě holky, které i s malými dětmi závodily, už jsme měli. Zároveň si myslím, že být dítě a jezdit po horách není tak špatný.

Když mi bylo dvacet, spíš jsem to v sobě měla srovnané jinak: pokud budu mít děti, nebudu se chtít vracet, abych se jim mohla věnovat. Teďka ale nevím. Třeba by mi pak snowboard hodně chyběl. Zároveň mám pocit, že jsem se nazávodila docela dost, a taky se může stát, že se mi po něm vůbec stýskat nebude.

Když koukám na kluky, jak jsou na soustředění, tak mi to docela chybí. Ale to je prašan ježdění, ne závodění.

Smířená jsem byla s tím, že jedno mi vyjít nemůže: Světový pohár na Dolní Moravě. Vždycky jsem si přestavovala, že když uspořádáme svěťák ve snowboardcrossu doma, budu na něm závodit.

Nemůžu mít ale všechno. Už jsem toho od života dostala v kariéře dost.

Nemůžu si stěžovat.

EVA ADAMCZYKOVÁ

Narozena: 28. dubna 1993 ve Vrchlabí

Největší úspěchy: olympijská šampionka (2014), 3. na OH (2018), dvojnásobná mistryně světa (2019, 2023), 3. na MS (2021), trojnásobná vítězka Světového poháru (2016/17, 2018/19, 2020/21), trojnásobná juniorská mistryně světa (2010, 2011 a 2013)

Rodina: manžel Marek

Zajímavost: za vítězství na olympiádě v Soči dostala od vrchlabské radnice a svého mateřského sportovního klubu koně Pepina

Petr Čech

Nemusíš být vždy perfektní

Vyběhl z brány Chelsea sebrat tuctový míč za obranu. Měl k němu blíž než Stephen Hunt. Sotva však balon schoval v rukavicích, dostal od útočníka Readingu kolenem nevybíravý kopanec do hlavy. K. O., bezvědomí, operace zlomené lebky – a boj o život. Legendární fotbalový brankář Petr Čech se mezi tyče vrátil, a dnes dokonce bez obav chytá štiplavé hokejové puky. „Člověk si uvědomí, že během lusknutí prstů se může celý život obrátit naruby. A že všechno nemusí být úplně perfektní," říká.

Byl 14. říjen 2006. Moje vzpomínky z toho dne jsou i teď stejné: nepamatuju si skoro nic.

Vybavuju si zhruba den předtím. Cestovali jsme do Readingu, po reprezentační přestávce, ve které jsme hráli s národním týmem v Irsku. Byl jsem doma jeden den a zase jel pryč.

Ubytovali jsme se na hotelu. A potom…

Myslel jsem, že jsem si pamatoval příjezd na stadion, samotnou arénu, rozcvičku a vstup do utkání. Ale jediné, co můžu říct, že si stoprocentně pamatuju, je, že jsme vyhráli los a vyměnili si strany.

Zbytek už mám ztracený v mlze.

Pochopil jsem to, když jsem hrál v roce 2007 v Readingu poprvé od zranění. Stadion byl úplně jiný, než jsem si představoval, vchod do kabin také, šatna jakbysmet. Dokonce jsem se i ptal, jestli to tam nezměnili. Ale oni že ne, že tam zůstalo všechno, jak bylo.

Tehdy mi definitivně došlo, že jsem si vlastně nic nepamatoval.

Vlastně něco ještě ano. Když jsme prohráli los a já přebíhal na druhou stranu, vím, že jsem míjel Marcuse Hahnemanna, který tenkrát chytal za Reading.

Byla to nezaměnitelná postava. Obrovský chlap s holou hlavou a bradkou. Vybavuju si, jak jsem mu podával ruku.

A pak?

Jedno velké okno.

První dny mě udržovali v kómatu v umělém

Vážení čtenáři, právě jste dočetli ukázku z knihy ***Cesty ze dna*.**
Pokud se Vám ukázka líbila, na našem webu si můžete zakoupit celou knihu.