

---

# Sportem se hlavně bavím, nemusí mi přitom hned věšet medaile na krk

---

## Sportem se hlavně bavím, nemusí mi přitom hned věšet medaile na krk

Autem, bez trenéra, jen s mechanikem pro své kolo, přesněji řečeno handbike. Tak na letní paralympijské hry, které začnou ve středu 29. srpna, vyjede Mgr. Martin Kovář, Ph.D. Několikanásobný paralympijský vítěz v plavání se po sportovní pauze vrhl na cyklistiku hendikepovaných a svými skvělými výkony se dokázal kvalifikovat do Londýna.



Absolvent FTVS a PŘF UK sám o sobě mluví jako o cyklistovi amatérovi a lituje, že stát nebo jiné odpovědné instituce finančně nepomáhají hendikepovaným s koupí handbiků a sportovních pomůcek vůbec. Speciální kola jsou velmi drahá, jejich ceny se šplhají ke statisícům korun. V našem rozhovoru také zdůraznil, že tato disciplína by si zasloužila mnohem víc pozornosti už jen proto, že je to prima sport, který dává lidem možnost vyrovnat se s jejich hendikepem.

**Z paralympiády v Sydney jste si přivezl zlato a bronz, o čtyři roky později v Athénách jste zazářil na třech kraulařských tratích a odvezl jste si hned tři zlata. Pak jste však vrcholového plavání zanechal. Co vás teď přimělo vrátit se k vrcholovému sportu, tentokrát k cyklistice?**

Po návratu z Athén jsem se začal věnovat věcem, které jsem potřeboval dohnat. Na Univerzitě Karlově jsem dokončil doktorské studium, hledal jsem si práci, založil jsem rodinu. To všechno nejde moc dohromady s plným tréninkem, navíc jsem už nebyl tolik motivovaný, tak jsem sportovního plavání nechal. Dlouho jsem to ale nevydržel, protože sport je asi přirozenou součástí nejen absolventa FTVS, ale člověka vůbec. Začal jsem proto jen tak pro radost jezdit kolem rybníků v Třeboni. A najednou jsem viděl, že to začíná jezdit rychleji a rychleji, a pak jsem začal jezdit regulérní závody – nejdřív český pohár, pak evropský pohár, pak jsem evropský pohár i vyhrál, loni jsem se nominoval na mistrovství světa.

Dobrou zprávou je, že jsem se nominoval do Londýna, špatnou je ale to, že mladší a možná i talentovanější závodníci se do nominací nedostali. Možná je to krizí paralympijského sportu u nás na rozdíl třeba od Polska nebo Ukrajiny. Přitom po roce 1989 stály všechny tyhle státy na stejné startovní čáře.

### **Můžete čtenářům, kteří příliš nesledují sport hendikepovaných, představit svou disciplínu?**

Na kole jezdíme vleže, ovládáme ho rukama. Jezdit mohou i ti, kteří stejně jako já mají lehce narušenou hybnost horních končetin. Handbike má tři kola, aby byl stabilní, ten špičkový je vyrobený z karbonu stejně jako dobrá běžná kola. Naše závody se odehrávají na tratích o délce mezi patnácti až padesáti kilometry a dosahujeme při nich rychlosti třicet až čtyřicet kilometrů v hodině. Handbike je velmi rychlý v rovině, ale vyjedete s ním i na jakýkoliv kopec, i když pomaleji.

Co se týká tréninku, mých padesát kilometrů je srovnatelných se sto, sto padesáti kilometry cyklisty, který šlape nohama. Já nemám problém najet v tréninkovém dni třeba i sto dvacet kilometrů. Tím, že jsem plně zaměstnaný člověk, musím ale trénink hodně dohánět. Najíždím to po ránu nebo po večerech na trenažéru, který mám doma.

### **Jak jste se připravoval na letošní paralympiádu?**

V Londýně se bude závodit na Brands Hatch, což je starý okruh formule 1. Je to vlnivá trať a bude tam asi hodně foukat. Snažím se tomu proto uzpůsobit trénink, jezdím spíš rychlé trasy, ne tolik v kopcích. Také se snažím shodit nějaké kilogramy, nemám úplně ideální cyklistickou postavu, jsem moc těžký. Proto mi vyhovují spíše rychlé a kratší trati, rychlá rovina. Dokážu akceptovat rychlé tempo, zato nemám rád kopce, trháky a nepravidelný terén.

### **S jakým cílem do Londýna jedete?**

Svůj cíl už jsem si splnil, už nominace na paralympiádu je pro mě úspěch. Kdybyste se mě ale zeptala před půl rokem, asi bych řekl, že si jedu do Londýna pro medaili. Teď si to nemyslím, když se umístím do pátého místa, tak budu spokojený. Letos bylo asi šest závodů evropského a dva světového poháru. Každý z nich vyhrál někdo jiný, jeden z nich jsem vyhrál i já. V Londýně se tak může stát cokoliv, protože tam bude startovat osmička velmi vyrovnaných závodníků.

Je škoda, že do Londýna z České republiky jedu jako jediný závodník v této disciplíně. Tento sport by si zasloužil daleko větší pozornost všech možných lidí – odborníků, trenérů, lidí se specializací na rehabilitaci, protože to je prima sport i pro lidi, kteří nikdy nebudou závodit a kterým by to mohlo pomoci vyrovnat se s jejich hendikepem. Za všechny tyhle lidi do Londýna jedu.

### **Na co se do Londýna těšíte nejvíc? Říká se, že na olympiádě byli skvělí fanoušci – těšíte se na ně, myslíte, že přijdou i na paralympiádu?**

To by bylo fajn, zažil jsem takovou náladu na paralympiádě v Sydney, kde jsem byl jako plavec. Australané plavání milují a Sydney Aquatic Centre je úžasný sportovní stánek. Na plavání hendikepovaných lidí tam bylo 15 tisíc diváků, kteří tomu rozuměli a nepřišli se tam podívat jen jako do zoologické zahrady na sportovce, kterým chybí ruka nebo noha. Byli skutečně zvědaví na sportovní výkon. To se mi moc líbilo.

Myslím, že Británie jako kolébka sportu by mohla být podobná. Jinak od Londýna moc neočekávám, jsem trochu skeptik. Jsem vlastně odpůrce velkých závodů, které jsou sešněrovány řadou pravidel – třeba tím, že z každé země může startovat jen omezený počet závodníků. Já se svým kamarádem Lukášem Pollertem z olympiád ani paralympiád moc odvázaní nejsme. Hry bych otevřel všem, aby se jich mohli účastnit všichni, koho sport baví a živí. Má to být svátek sportu, má bavit lidi a konat se jednou za čtyři roky, tak ať je přístupný všem, bez zkoumání profesionalismu, dopingu.

### **Nemohla jsem se dopátrat, kdo je vaším cyklistickým trenérem. Řeknete mi jeho jméno?**

Kdybych ještě plaval, řekl bych Jana Nevrklu, ale pro handbike žádného nemám. V cyklistice jsem samotrenér a sám si dávky tréninku ordinuji. No, možná je to špatně, ale já se sportem snažím hlavně bavit.

### **Jste nadšený rybář, to stiháte při takovém pracovním i sportovním nasazení ještě chodit na ryby? Prozradíte, kde je váš oblíbený rybářský rajon?**

Moc to nestíhám, ale po hrách se snad zase nějaký čas najde. Naštěstí se náš čtyřletý syn Jenda už naučil větu: „Tatínku, tak půjdeme na ty ryby dneska večer?“ To je moc prima. Navíc ráda chytá ryby i moje partnerka. Společně rádi chodíme na Zlatou stoku v Třeboni. Rybařili jsme také hodně na dovolené. Přes den jsme s partnerkou i se syny objížděli na kolech Lipno, večer šli na ryby. Jde prostě dělat spousta věcí a nemusíte si hned při tom všem medaile na krk.

#### **• Martin Kovář na paralympiádě v Londýně**

Datum a místo narození:	20. 3. 1967, Praha
Sport, disciplína:	Handbike, silniční závod a časovka
Trenér:	Jan Nevrkla
Kdy bude závodit v Londýně:	Závody na Brands Hatch začínají <b>5. září</b>

[Přečtěte si další články o olympijských a paralympijských hrách v Londýně, které pro vás připravila redakce i-Fora.](#)