
Plážový volejbal? To je ono, tudy vede cesta k úspěchu

Plážový volejbal? To je ono, tudy vede cesta k úspěchu

Kristýna Kolocová a Markéta Sluková tráví většinu roku s bosýma nohama zanořenýma v písku. Plážovému volejbalu obětovaly veškerý svůj čas, teď si jedou na olympijský turnaj do Londýna obě dívky splnit svůj dětský sen a především nasbírat nové zkušenosti. S Kristýnou, která vystudovala management sportu na Fakultě tělesné výchovy a sportu UK, jsme si stihli ještě před odletem přejmně popovídat.



Zleva Markéta Sluková a Kristýna Kolocová.

Narodila jste se ve znamení Berana – jste tvrdohlavá? Jak s vámi na kurtu vychází vaše partačka Markéta Sluková? Netrpíte někdy ponorkovou nemocí?

Tvrdohlavá jsem, ale na kurtu to není až tak vidět. S Markétou vycházíme dobře, ale jelikož jsme každá úplně jiná, občas samozřejmě nastanou problémy. Důležité je umět problém rychle vyřešit a to se nám dlouhodobě daří.

V jednom rozhovoru jste řikala, že v dobře fungujícím týmu musí být pohoda a také jiné než jen volejbalové zážitky. Trávíte s Markétou třeba i společně dovolené nebo podnikáte jiné aktivity?

Občas trávíme volné dny ve čtyřech – s Markétou, naším trenérem Simonem, který je zároveň i Markétiným přítelem, a mým přítelem. Byli jsme takhle společně v Thajsku nebo pár dní v Alpách.

O účasti na olympiádě píšete na svých internetových stránkách jako o dětském snu. Ten se vám teď splní. Na co se do Londýna těšíte nejvíc?

Olympiáda je opravdu náš společný dětský sen a je to moc hezký pocit, že se nám teď plní. A na co se nejvíc těšíme? Ani nevím, spíš jsme hrozně zvědavé, jak to bude vypadat a jak se budeme cítit.

Jaký další sen byste si ráda splnila?

Mým sportovním snem je si z olympijských her přivést medaili. Spíše jen „cílem“ než snem je získat medaili ze světové série. Jinak nevím, takových snů, jako je účast na olympiádě, moc nemám.

A do Londýna jedete s jakým cílem?

Hezké by bylo být mezi nejlepší desítkou, to by mohl být reálný cíl, ale zároveň si myslím, že olympiáda je trochu jiný turnaj, kde bude hodně záležet na zkušenostech – a těch máme přeci jen skoro nejméně ze všech účastnic.

Stoupá nervozita před olympijským turnajem víc než před jinými?

Ještě úplně nevím. Nikdy jsem v takové situaci nebyla a nervozita z turnaje přichází většinou až těsně před ním. Ale tuším, že o trochu nervóznější určitě budeme.

Co těsně před olympiádou pilujete především? Na co se teď hlavně soustředíte?

Snažíme se vypilovat situace, které byly v průběhu sezony problematické, nic nového už nechystáme.

Upravujete si před turnaji jídelníček? Je nějaká věc, kterou si musíte odpustit?

Speciálně si jídelníček neupravujeme, ale samozřejmě ho uzpůsobujeme průběhu turnaje. Zařazujeme více doplňků stravy, úplně se vždy vyvarujeme alkoholu. Ale třeba čokoládu, pokud na ni máme chuť, si klidně dáme.

Začínala jste se šestkovým volejbalem, proč jste nakonec skončila u plážového?

Hrála jsem na pozici libera – hráč, který je jen v zadní části hřiště, tedy vůbec neútočí – a chyběl mi pocit větší seberealizace. Zároveň jsme s Markétou cítily, že je to ono a že tudy vede cesta k úspěchu. A vede.

Jak se vám dařilo skloubit studium na UK s vrcholovou sportovní přípravou?

Horko těžko. Vystudovala jsem bakalářský obor management sportu na FTVS UK především díky velké pomoci spolužáků. Musela jsem se také domlouvat individuálně s každým učitelem na podmínkách splnění zápočtů. Bylo to více než náročné. Na navazující magisterský obor už se přihlásit nezvládám, jelikož se jedná o obor, který nenabízí možnost kombinovaného studia, a já pravidelně bohužel do školy docházet nemohu.

Většinu roku trávíte v písku na plážích při volejbalu. Kam si jezdíte odpočinout? Jak trávíte dovolené? Míříte raději někam dál od písku, třeba do hor?

Na dovolenou není bohužel vůbec čas. Ale když už, nebráním se ani polehávání na pláži, ani výletu do hor. Sluníčka není nikdy dost a hory miluji.

Zdá se, že sportovní příprava vám pohlcuje veškerý čas, ale přesto, když máte chvíli volna jen pro sebe, jak odpočíváte?

Máme s přítelem už rok a půl pejska, kterému věnuji většinu volného času. Rádi s ním vyrážíme do přírody. Jestli se mezi koníčky počítá spánek, pak bych ráda zmínila i ten (*smích*).

- **Kristýna Kolocová na olympiádě v Londýně**

Datum a místo narození:	1. 4. 1988, Nymburk
Sport, disciplína:	Plážový volejbal
Trenér:	Simon Nausch
Kdy bude závodit v Londýně:	Základní skupina: 28. července, 30. července, 1. srpna Finále: 8. srpna

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