
Stříbro z univerziády. Medička a skokanka na lyžích teď bojuje o start v Soči

Medička a skokanka na lyžích si z univerziády přivezla stříbro. Zabojuje i o start v Soči

Skokanka na lyžích Michaela Doleželová získala stříbrnou medaili na zimní světové univerziádě v Trentinu, která se konala v polovině prosince. Studentka oboru zubní lékařství na [1. lékařské fakultě UK](#) v rozhovoru pro univerzitní časopis iForum připouští, že zkombinovat studium medicíny s vrcholovou sportovní přípravou je skutečně náročné. I přesto je ve skvělé formě a nyní proto bojuje o získání nominace na olympiádu v Soči.



Jak jste oslavila stříbro z Trentina?

Moc času na oslavy nebylo. V Trentinu jsem se po individuálním závodě připravovala ještě na závody smíšených dvojic (*kde Michaela Doleželová společně s dalším studentem UK Čestmírem Kožíškem obsadili skvělé čtvrté místo, pozn. red.*). Oslavili jsme to až doma s rodinou o Vánocích.

Jak těžké bylo koncentrovat se po vašem skvělém výsledku na závody smíšených dvojic, kde jste se s Čestmírem Kožíškem tak dobře umístili?

Koncentrace probíhala podobně jako na každý závod, nijak víc nervózní jsem nebyla.

Co jste si na univerziádě nejvíc užila, samozřejmě vedle vašeho medailového úspěchu?

Moc nás mrzelo, že jsme se nemohli zúčastnit zahajovacího ceremoniálu, takže celkově jsme si užili závody samotné a především vyhlášení vítězů na náměstí.

Jak se vám kombinuje vysokoškolské studium s vrcholovou sportovní přípravou - zvláště tohoto sportu, pro jehož trénink nejsou v Praze podmínky?

Tato kombinace opravdu není lehká, především nahrazování absencí, kterých mám kvůli závodům skutečně hodně, je celkově náročné. Všude s sebou musím vozit hromadu učení, abych byla vůbec schopná ve škole vše stíhat. Samotné trénování v Praze už není takový problém. Dostávám od trenéra plán, podle kterého se řídím. Nevýhoda je v tom, že musím trénovat sama, a to někdy není po dlouhých dnech ve škole to nejjednodušší. Navíc po tréninku by to chtělo ještě pokračovat s učením, to potom čas rychle utíká a na odpočinek ho už moc nezbude.

Jak vůbec vypadá trénink skokanky na lyžích v Praze?

V Praze trénuji hlavně fyziku, dynamiku, rychlost. Začínám vždy rozehrátím, rozcvičkou, pak přichází speciální část, která se pořád mění, např. odrazy, výskoky se závažím či bez něj, napodobování skoků – nájezd, směr odrazu, letecká pozice, sprinty, reakce nebo obratnost či posilování.

Jiné jsou tréninky na soustředěních a závodech, kdy jsme na můstku několikrát denně a trénujeme převážně techniku, která je zase doplněna třeba silovými tréninky.

Trénujete i odolnost vůči strachu? Děláte třeba nějaké adrenalinové sporty nebo něco jiného pro posílení nervů?

Odolnost už dále netrénujeme, při samotných skocích ji totiž získáte, ale adrenalinové sporty mám obecně ráda, takže je sama ve volném čase vyhledávám.

Kdo vás k tomuto – mezi ženami přeci jen ne tak obvyklému – sportu přivedl?

Zvědavost a touha vyzkoušet něco nového. Když jsme šli s rodiči přihlásit mého mladšího bratra na skoky, tak mi nabídli, ať si to taky vyzkouším. Tak jsme to zkusila a už jsem u toho zůstala.

Zimní světová univerziáda se konala v italském regionu Trentino od 11. do 21. prosince. Z České republiky na ni vyrazilo na sedm desítek sportovců, kteří studují na vysokých školách, řada z nich na Univerzitě Karlově. Česká výprava se radovala z 13 medailí, z toho 4 zlatých, 3 stříbrných a 6 bronzových. Ve srovnání s ostatními zúčastněnými výpravami se v počtu získaných medailí stala pátou nejúspěšnější.