
Pavel Janeček: Po olympiádě jsem vodu už nechtěl ani vidět

Po olympiádě jsem vodu už nechtěl ani vidět, vzpomíná plavec a student FTVS UK Pavel Janeček

„Když jsem se v sedmnácti kvalifikoval na juniorské mistrovství Evropy, uvědomil jsem si, že plavání nemusím mít jen jako koníček,“ vzpomíná v rozhovoru pro iForum Pavel Janeček. Třiatvacetiletý student Fakulty tělesné výchovy a sportu UK a český rekordman v polohovém závodu na 400 m a 200 m v dlouhém bazénu je dalším zástupcem české plavecké reprezentace, který mezi hodinami strávenými v bazénu zvládá i neméně náročné studium na UK.



Co vás přivedlo k plavání?

Dělal jsem i jiné sporty, fotbal a florbal, moc mě to ale nebavilo. Asi v sedmi letech mě rodiče přivedli do bazénu. Pamatuju si první den, kdy jsem ani nedokázal ponořit hlavu pod vodu. Postupně jsem si ale prostředím tak oblíbil, že jsem u plavání už zůstal.

Kdy se z vašeho koníčku stala životní náplň?

U plavání mě ze začátku držela skvělá parta lidí v našem náchodském oddíle, bral jsem to spíš jako zábavu. Když jsem se ale v sedmnácti letech kvalifikoval na mistrovství Evropy juniorů, uvědomil jsem si, že bych mohl mít i vyšší cíle.

Vaše hlavní plavecká disciplína je polohový závod na 400 m, kdy se postupně vystřídají všechny čtyři plavecké způsoby v pořadí motýl, znak, prsa, kraul. Jste tedy takový univerzální plavec?

Dá se říct, že ano. Na začátku jsem plaval hlavně znak, pak motýla, nakonec se to dalo nějak dohromady a zůstal jsem u polohovky, je to pro mě nejlepší. Plavání je dost monotónní sport, člověk plave pořád jenom ode zdi ke zdi, já mám výhodu, že můžu alespoň měnit plavecké způsoby.



Který z nich vám vyhovuje nejvíc a který vám naopak zavání?

Nejvíc mě baví motýl, na vrcholových akcích už plavu i dvoustovku motýla. Největší problém mi teď dělají prsa, protože jsem po operaci kolene nesměl kopat prsové nohy a dva roky jsem tento plavecký způsob vůbec netrénoval.

Vaše spolužačka z fakulty i z reprezentace Simona Baumrtová jednou řikala, že nerada plave v moři, protože se bojí, co všechno tam kolem ní plave. Jak jste na tom vy? Máte raději bazény, nebo přírodní vodu?

Určitě mám raději bazénovou vodu, připadám si v ní jako doma. V moři je to spíš regenerační, oddechové plavání. Nedokážu si představit, že bych v něm trénoval.

Jak obtížné je studovat na Univerzitě Karlově a zároveň se udržet mezi tuzemskou reprezentační špičkou?

Je to složité, ale když člověk chce, zvládnout se to dá. Někdy je to hodně náročné, dva tréninky denně, k tomu si ještě večer sednout k učení, do toho různé povinné fakultní kurzy. V rámci svého studia se setkávám i s jinými sporty, musím to všechno vybalancovat.

Kvůli loňské olympiádě v Rio de Janeiru jste si prý rozložil studium...

Dohodli jsme se s trenérem, že to tak bude lepší. Předměty, během kterých bych riskoval zranění, jsem si odložil až na dobu po olympijských hrách. Na hry jsem se připravoval čtyři roky, chtěl jsem pro dobrý výsledek udělat všechno.

Už se připravujete na příští olympiádu?

V podstatě ano. Mám ještě tři roky času. Čeká mě mistrovství Evropy i mistrovství světa, univerziáda. Budou tam různé můstky, od kterých se můžu odrazit.

Který závod považujete za vrchol své dosavadní kariéry?

Určitě polohový závod na 400 metrů na olympiádě. Nedá se to srovnat ani se závody na mistrovství světa. Bylo to tím prostředím a atmosférou, jaké na hrách byly.

I když závod nedopadl podle vašich představ? (Pavel Janeček skončil v čase 4:22,09 na 24. místě, téměř o čtyři vteřiny tak zaostal za svým a zároveň republikovým rekordem 4:18,34)

Bylo to velké zklamání, člověk se na to čtyři roky připravuje, udělá pro to všechno a pak se mu jeho hlavní disciplína takhle nepovede. Když jsem se z olympiády vrátil, neměl jsem vůbec chuť vlézt do vody. Začal jsem v Praze chodit k psychologovi, který mi ji zase pomohl najít. S ním i s trenérem jsme hodně mluvili o tom, co se pokazilo, aby se to znovu neopakovalo. Dalo mi to hodně do budoucna.

Co vás letos čeká za největší závody?

Červencové mistrovství světa v dlouhém bazénu v Maďarsku, srpnová univerziáda v Číně a v zimě mistrovství Evropy na krátkém bazénu v Dánsku.

Máte zkušenosti s olympiádou, univerziádou, světovými i evropskými šampionáty. Vnímáte nějaké rozdíly mezi závody?

Zdají se být podobné. Člověk se tam potká se sportovci z různých zemí a sportovních odvětví. Rozdíl je spíš ve vašem pocitu. Na olympiádě jste pod velkým tlakem trenérů i veřejnosti. Během univerziády jsem nebyl v takovém stresu, cítil jsem se tam líp.

V září vás čekají bakalářské státnice. Plánujete pak pokračovat i v magisterském studiu?

Rád bych, ale teď si dám od studia rok pauzu a odjedu do Belgie, kde se chci intenzivně věnovat jenom plavání. Po čtyřech letech trénování v Praze potřebuju změnu.

Kde se vidíte v budoucnu? Někde kolem bazénu, nebo už máte chloru dost a chcete se profesně vydat úplně jiným směrem?

Rád bych u bazénu zůstal a trénoval děti, buď tady v Praze, nebo u nás v Náchodě. Uvidíme, jak to dopadne...

Pavel Janeček si během olympiády v Brazílii zahrál ve videoklipu Českého olympijského týmu, který se inspiroval k jeho natočení seriálem Pobřežní hlídka