
Pandemie mi vlastně prodloužila sportovní kariéru

Pandemie mi vlastně prodloužila sportovní kariéru

Podle původního plánu měla být nyní v dalekém Japonsku a v Tokiu bojovat o šanci na svou první olympijskou medaili. Místo toho si může **Simona Kubová**, stejně jako stovky dalších sportovců, užívat relativně volného léta, protože olympiáda byla kvůli pandemii koronaviru odložena. Na svou další účast na olympijských hrách si nejlepší česká plavkyně posledních let musí počkat do příštího roku.



Jak těžké pro vás bylo vypořádat se s tím, že byla olympiáda v Tokiu o rok odložena?

Po vypuknutí pandemie koronaviru se dalo očekávat, že se olympijské hry přesunou. Bylo to zřejmě správné rozhodnutí, pro někoho ale posun LOH mohl být velmi komplikovaný. Navíc nám zrušili i prosincové mistrovství světa, takže v tomto roce nemáme před sebou žádnou vrcholnou soutěž. Naštěstí se zúčastním na přelomu října a listopadu mezinárodní plavecké ligy, prestižní soutěže, které se zúčastní nejlepší plavci světa, tak alespoň nějakou motivaci mám.

Po vypuknutí pandemie koronaviru byla vyhlášena nucená karanténa, to muselo být pro sportovce obzvlášť složité.



Ze sportovního hlediska mě karanténa velmi ovlivnila, protože nám byl zakázán přístup do veřejných bazénů. Takže jsem nemohla vykonávat své zaměstnání a zkomplikovalo to mou přípravu na LOH, které byly tedy stejně nakonec odloženy. Pro plavce je ovšem jakýkoliv výpadek delší než týden velmi náročný. Fyzičku si můžeme udržovat během, posilováním, čímkoliv, ale kontakt s vodou je pro nás nenahraditelný.

Jak jste se v tak specifických podmínkách připravovala?

Trénovala jsem víceméně sama, občas si šla s manželem zaběhat. Ale snažila jsem se posilovat, běhat, docházet na zátěžový trénink na airbike. Fyzičku jsem úplně neztratila. Ale jak jsem zmínila, trénink ve vodě je pro plavce nejdůležitější.

Po jak dlouhém čase jste si mohla opět zaplavat v bazénu?

Bazény v České republice otevřeli 25. května, ale protože chomutovský bazén prošel drobnou rekonstrukcí, trénovat jsme začali až 3. června. Naštěstí nám ale vláda umožnila trénovat už v době karantény na konci dubna za velmi přísných podmínek v pražském Podolí pro reprezentanty České republiky.



Ovlivnila pandemie koronaviru a vynucená karanténa i váš mimosportovní život?

V takovou chvíli musí jít sport stranou. Na druhou stranu ale měla karanténa i drobnou výhodu v tom, že se svět trochu zpomalil, lidé měli čas více se věnovat své rodině, chodit do přírody, dodělat resty. Ale lidé, pro které byl tento výpadek existenční nebo se jich týkalo toto onemocnění, museli zažívat velmi těžké chvíle. Měla jsem velké štěstí, že jsem stihla ještě před vypuknutím karantény ukončit své doktorské studium.

Bylo složité skloubit studium a sportovní kariéru?

Já jsem si vždycky dokázala najít čas na oboje. Škola mě vždycky poměrně bavila a sport také. Je pravda, že jsem neměla nikdy moc času na jiné věci, ale v té době mě studium a trénink naplňoval. A nikdy jsem ani jinou variantu než vysokou školu nezvažovala. Otec je lékař a matka má vystudovanou pedagogickou školu. Já jsem studovala všeobecné gymnázium, tak se nabízelo pokračovat na vysoké škole.



Proč jste nakonec vybrala UK FTVS a nešla ve stopách otce nebo maminky?

Chtěla jsem studovat medicínu, ale to bych s plaváním skloubit nedokázala. Fyzioterapie byl obdobný obor a jsem ráda, že jsem jí vystudovala. Fakultu tělesné výchovy a sportu mi vybrala mamka, protože mně bylo celkem jedno, jaký obor budu studovat. Studovala jsem obor fyzioterapie, bakalářské i magisterské studium. Po pěti letech studia jsem se přihlásila na doktorské studium kinantropologie.

S fyzioterapií už přišel do styku skoro každý, ale jak byste laikovi vysvětlila kinantropologii?

Je to vlastně nauka o lidském pohybu. Já jsem zkoumala propojení fyzioterapie a plavání. Zajímalo mě, jak se změní bolest v ramenním kloubu po silovém tréninku v posilovně. Protože plavci na bolest ramen hodně trpí, tak mě zajímalo, zda to má užší souvislost s posilováním.

Během pandemie koronaviru jste se svěřila s myšlenkami na konec kariéry, stále to platí?



Nejistota během nucené karantény byla velmi nepříjemná a tak se myšlenky na konec kariéry v mé mysli objevovaly. Ale musím vše důkladně zvážit, zatím nedokážu říct verdikt, zda pokračovat budu nebo ne. Rozhodnu se podle olympijských her. Ale kdyby šlo vše podle plánu, tak bych v současné době měla za pár dnů po kariéře a to je zvláštní pocit (*usmívá se*).

Takže vám vlastně pandemie koronaviru prodloužila kariéru.

Vlastně ano, koronavirus mi sportovní kariéru prodloužil. Manžel se mě zrovna nedávno zeptal, jestli si uvědomuji, že bych měla za pár dní po plavecké kariéře. A když jsem si to uvědomila, bylo mi z toho trochu smutno.

Máte už nějaký plán co dělat po konci s vrcholovým plaváním?

Pravděpodobně rodinné záležitosti, trochu odpočinku, cestování a užívání si volného času především v podobě volných odpoledne a víkendů.

Mgr. Simona Kubová (29)

Po gymnáziu v Chomutově vystudovala na UK FTVS magisterský obor fyzioterapie, letos dokončila doktorandský v oboru kinantropologie. V plavecké kariéře je její hlavní disciplínou znak - je mistryní Evropy 2013 (50 m), má bronz z MS 2012 (100 m), dalších deset medailí z ME a také stříbro z Univerziády 2015. Vedle plavání pracuje s manželem na McKenzieho klinice v Kladně a také jako fyzioterapeut v sanatoriu Helios v Chomutově. Většinu sportovní kariéry závodila pod dívčím jménem Baumrtová, vdaná je od léta 2018.