
S Lenkou Štěřbovou (nejen) přes kanál La Manche

S Lenkou Štěřbovou (nejen) přes kanál La Manche

Plave od svých čtyř let. Jako dosud jediná v šestnácti letech pokořila kanál La Manche. Seriál *Sportovci UK* přináší rozhovor s [Lenkou Štěřbovou](#) . Dálkovou plavkyní a studentkou 3. lékařské fakulty UK, která chtěla létat helikoptérou. A která na konci své sportovní kariéry možná zkusí přeplavat kanál „na jeden zátah“, tedy z Anglie do Francie a zpět...



Setkaly jsme se před Sokolovnou v Riegrových sadech na pražských Vinohradech. Měla za sebou poslední zkoušku, kterou úspěšně uzavřela třetí ročník studia medicíny, a před sebou trénink – chystala se uplavat šest kilometrů v krátkém bazénu, přeplavat jej musela 240krát! Co Lenku kromě vypracovaného těla charakterizuje, je její smích, směje se nebo „jen“ usmívá skoro permanentně. Může se proto zdát, že být profesionální závodnicí v dálkovém plavání je fakt brnkačka...

Dne 9. září 2020 to bude přesně deset let, kdy coby nejmladší ze všech dálkových plavců České republiky překonala kanál La Manche. Navíc v čase 9 hodin a 22 minut! Když se dnes Lenky zeptáte, jak živé jsou vzpomínky na tento den, odpoví vám: „Už nic moc. Je třeba jít dál...“



Dál znamená, že byste třeba chtěla překonat ženský rekord? (Nejrychlejší ženou je Yveta Hlaváčová, která v roce 2006 kanál zdolala v čase 7:25 - pozn. red.)

Uvažuji o tom. Všechno ale závisí na podmínkách, za kterých plavete. A ty jsou třeba jednou za tři roky. Víc než kdekoli jinde platí, že musíte být ve správný čas na správném místě. Velice důležité je mít zabukovanou dobrou pozici.

Jako, že si vyberu místo, ze kterého skočím do vody a poplavu?

(Smích.) Rozhodně ne. Činnost na Kanále dnes koordinují dvě asociace. Každá z nich má několik lodivodů. Plave se od června do října. Období je rozděleno na dny slabších a silnějších proudů, přičemž období slabších proudů čítá maximálně deset dnů. Právě na toto období si zamlouváte pozice jedna až čtyři. Konkrétně u mě to bylo tak, že jsem měla lodivoda Rega Brickella a pozici číslo jedna zamluvené necelé tři roky předem. Dělal jsem si legraci, že o tom, že La Manche poplavu, rodiče rozhodli ještě dříve, než jsem se narodila. *(Lenčina maminka byla vynikající plavkyní, ještě v r. 2007 vyhrála mistrovství ČR. Tatínek je sice trenérem, ale nikdy svou dceru netrénoval. – pozn. red.)*

Počítalo se, že poplavu těsně po svých narozeninách, které mám 8. srpna, dnes totiž nikoho mladšího šestnácti let do Kanálu nepustí. Na jednoho lodivoda se může zabukovat maximálně pět plavců. Vzhledem k aktuálním povětrnostním podmínkám je ale možné, že zdaleka ne všichni se do vody dostanou. V srpnu jsem se nakonec do Kanálu ani já vůbec neponořila. Sluníčko sice svítilo, ale vítr byl tak silný, že se zkrátka plavat nedalo. Po týdnu jsme se celá rodina z Doveru vrátili domů. A já čekala, kdy zazvoní telefon a lodivod zavelí: Přijed', teď to dáš!



Pamatuji si, jak média informovala o vašem úctyhodném dosaženém čase 9:22 h, podle odborníků byste za normálních podmínek atakovala hranici osmi hodin. A taky, jak jste se prala s posledními metry u francouzských břehů...

Plave se jen ve směru z Anglie do Francie. Důvody neznám, spíše jde o diplomatický problém. Je to „malinko“ těžší, protože u Francie jsou proudy nejsilnější. Překonávat je hned na začátku, kdy je člověk nejčerstvější, by bylo mnohem snazší, než když máte celý Kanál za sebou a plavete z posledního zbytku sil.

Mě Reg Brickell do vody o teplotě 17 stupňů Celsia pustil ve 3:33 SEČ, zrovna se utišil vítr. První tři a půl hodiny jsem plavala za totální tmy. Cestu mi zpestřovaly ryby, přilákal je odraz světla z lodi a světélkující tyčinky, které jsem měla za plavkami a brejličkami. Nepříjemné bylo jen žahnutí od medúzy. Když svítalo, tak jsem postupně sledovala, jak je

nebe světlejší a světlejší. Připadala jsem si skoro jako na vyhlídkové plavbě. Zhruba deset kilometrů před francouzským břehem začaly plavbu komplikovat vlny a boční vítr a taky proud. Kvůli němu jsem dlouho plavala skoro na místě. Dokonce jsem se na chvíli od břehu vzdalovala.

„...Síla proudu začala oslabovat a Štěrbové se podařilo kolem poledne českého času vyplavat asi 3,5 km před břehem do klidnější vody. Zhruba kilometr před cílem ale musela plavkyně zvýšit frekvenci záběrů a zrychlit. Lodivod Brickell totiž zavelel k maximální rychlosti, aby poloostrov Cap Gris-Nez neminula...“ referovala tehdy média.

Hm, kdybych tvrdě nemákla, mohla jsem skončit taky někde u břehů Belgie nebo Holandska (*smích*). Plně jsem věřila našemu lodivodu – Reg Brickell by mě určitě netáhl do bitvy, která by byla předem prohraná. Když jsem doplavala k francouzským břehům, příboj byl tak silný, že rozhodčí povolili výjimku z pravidel: stačilo mi pouze dohmátnout, nemusela jsem stoupnout nohou na pevnou zem. Ale já pokyny

pro hluk vln vůbec neslyšela. Asi dvě minuty mi trvalo, než jsem nakonec dokázala vylézt na nejbližší



skálu.

Platí, že dobrá volba lodivoda je základem úspěchu?

Reg Brickell převáděl přes Kanál již první československou plavkyni Lídu Jelínkovou (*La Manche zdolala v 31 letech dne 3. 8. 1988 v čase 10:28 – pozn. red.*). Je velice zkušený a má vysoké procento úspěšnosti „svých“ plavců, na čemž si pochopitelně zakládá. Táta, jehož svěfence většinou právě Reg na Kanále doprovázel, má k němu bezmeznou důvěru. Bylo tedy jasné, že poplavu právě s ním. Samozřejmě základem je být skvěle fyzicky připraven. Reg si byl vědom, a

výborně to všechno propočítal, že se svou rychlostí dokážu prokličkovat silnějšími proudy. Dokonce jsem dostala cenu za proplavání Kanálu s nejsilnějšími proudy za 27 let! (*Usmívá se.*)

V jednom z mnoha rozhovorů jste uvedla, že byste ráda La Manche pokořila tam i zpět na jeden zátah. Je to tak?

Ano, to si dovedu představit někdy na konci své sportovní kariéry. Nedovedu si totiž představit, že bych se z toho do konce svého života dokázala vzpamatovat (*smích*).

Lenko, jakou máte roční spotřebu plavek?

Mám dvoje závodní, z toho jedny na bazén a jedny na dálkové plavání. A dvoje tréninkové. Ony celkem vydrží, spíše se mi přestanou líbit (*a se smíchem dodává*): Není důležité vyhrát, ale dobře u toho vypadat...



Jste doma tři sourozenci – plavci. Pravděpodobně spolu o ničem jiném, než o plavání nemluvíte. Je to tak?

Ted' bylo zkouškové období a jelikož má sestra studuje rovněž 3. lékařskou fakultu UK, je jen o ročník níže, tak jsme se bavily hlavně o škole. Brácha z toho byl dost otrávený (*smích*). Jinak sestra Michaela už tolik neplave, ale sbírala české rekordy v žákovských disciplínách v bazénu v motýlku, kraulu i znaku. Brácha je dálkový plavec, je úspěšný mezi dorostenci.



Jak se plave studiem medicíny, když se plave světově?

Je to trochu náročné, zvláště když máte tréninky denně od 5:50 h. Přiznávám, spoustu přednášek jsem prospala. Když ale brzy vstáváte, donutí vás to na přednášku jít. Teď už jsem na fakultě víc „zažitá“, už umím lépe organizovat svůj čas. Je to snadnější.

Co vám přinesla/odnesla tříměsíční pandemie?

Strávila jsem ji na odběrovém místě Nemocnice na Bulovce, jako řada dalších mediků-dobrovolníků. Já tam ostatně stále dobrovolničím. Na začátku mě strhla ségra, pomáhala v čáslavské nemocnici. A jinak jsem poprvé od svých asi deseti let měla celý měsíc bez plavání! (*smích.*) Báječně jsem si odpočinula, plavání mě teď možná o to víc baví. A taky jsem si založila zahrádku, takže sázím túje a rybíz a krásně si při tom čistím hlavu. Díky online výuce se mi podařilo vše mnohem lépe stíhat. Přednášky jsem poslouchala třeba během jízdy v autě. Jo, bylo to efektivnější.



Když jsou rodiče skvělí plavci, o sportu dětí je víceméně rozhodnuto. Co ovlivnilo výběr vysoké školy?

Je pravda, že lékaře u nás nenajdete. Evidentně právě naše generace teď začíná rodinnou tradici rozjíždět (*úsměv*). Když jsem byla malá a bydleli jsme ještě v Brně, trénovala jsem v bazénu přímo naproti Úrazové nemocnici v ulici Ponávka. Pamatuji si, že jsem byla unešená z vrtulníků, které tam přistávaly. Říkala jsem si, že by se mi líbilo přesně v takové nemocnici pracovat a vrtulníkem létat.

Máte dobře nakročeno. Pak už jen mít ten pilotní průkaz a helikoptéru...

Dobrý nápad! Skvělá investice! (*Smích.*)

Co plánujete o prázdninách?

Chystáme se do jižních Čech a samozřejmě to spojíme se závody na Lipně.

A jak vidíte zbytek sezony?

Zatím mám za sebou Mistrovství ČR na 10 km na Seči. Jsem ráda, že se mi podařilo vyhrát (*zlato bral v kategorii st. dorostenců i bratr Vojislav – pozn. red.*). Na konci léta mě čekají ještě závody v Račicích, kde se chystám plavat 5 a 10 kilometrů a štafetu. Takže to je teď můj aktuální cíl. Co se týče příští sezony, vše je ovlivněno olympiádou. Zda se uskuteční. Bohužel, letos odpadla květnová japonská olympijská kvalifikace, celý plán tak posouváme o rok.

Na co vůbec myslíte, když plavete?

Fuj ryba, fuj ryba (*smích a gestikulace rukama napodobující kraul*)!



Čím si od

plavání dokážete odpočinout?

Nejlépe asi kulturou. Protože mám na ně čas poměrně vzácně, náležitě si užívám návštěvy kina, divadla nebo kavárny, ... jo, tak ty bych mohla obcházet pořád (úsměv).

A čím se odměňujete?

(*Blesková odpověď.*) Chci si jít koupit šaty! Přešla jsem teď na novou taktiku, která funguje: Odměňuji se předem. Prostě si něco koupím, abych zkoušku udělat musela. V mobilu jsem si vytvořila seznam všeho, co si přeji. Podle náročnosti zkoušky si vyberu, co si koupím. Průběžně tak ze seznamu umazávám a nové položky připisuji...

Už máte představu o své budoucnosti?

Vidím se v nějakém chirurgickém oboru, možná právě na urgentu, a k tomu mít ordinaci sportovního lékaře. Mám i trenérskou licenci, takže bych mohla doprovázet reprezentaci plavců na cestách, to by mi dávalo smysl. Uvidíme, zatím okukuji. Rozhodně nechci plavání opustit, párkrát týdně si vždycky můžu šplouchnout!

Než se tak stane, Lenka Štěřbová by se ráda pokusila vylepšit 11. místo z Mistrovství světa v roce 2017 v maďarském Balatonu na 25 kilometrů: „Toho umístění si možná vážím ještě více než přeplavání Kanálu. Představa zlepšení mě láká!“

Lenka Štěřbová (26)

Pochází z Pardubic. Plavat začala ve čtyřech letech, závodně na otevřené vodě jako desetiletá. V současnosti dálkově plave za [Sport Club Plavecký Areál Pardubice](#). Kromě toho, že jako první Češka překonala v 16 letech kanál La Manche, plavala snad ve všech mořích světa. Po studiu na pardubickém víceletém Gymnáziu Dašická nastoupila na 3. lékařskou fakultu UK, kde je nyní studentkou 4. ročníku. Plave hlavně kraulem, na závodech i polohovky, znak či motýlek. Dříve bez kolíčku na nose a špuntů v uších, dnes občas i s nimi.