Většina předchozích vyprávění o mém běhání se odehrávala v jižních Čechách, pouze výjimečně jsem se pustil i do Prahy. S dnešním reportem se odvážíme ještě dále, a to až do Krkonoš. Uprostřed prázdnin se tu koná Krkonošská 50 ke které je připojen závod na 8 a na 21 km. Na padesátku jsem se úplně necítil, a tak jsem poslal přihlášku na dětskou trasu - půlmaraton. Protože jsem v Krkonoších nebyl 30 let (i přes to jsem stále mladík, byť v trochu ojetém těle), rozhodl jsem se doplnit si vzdělání dvěma edukačními pořady. První z nich byl Krakonoš a lyžníci a druhý Jak Trautenberk hospodařil v Krakonošově lese. Zbytek potřebných informací jsem získal při obědě s bráchou, který mi udělal popis trasy. Ten byl velmi detailní ale vyplynuly z něj vlastně jen tři věci: *musíš být vepředu protože je to úzké a nedá se předbíhat* (to platilo pro první polovinu), *tady to prostě musíš napálit* (to platilo pro celou trasu) a třetí rada: *jestli na posledních třech kilometrech necítíš že běžíš z posledních sil, tak jsi to běžel špatně*. V tu chvíli jsem věděl vše o tom, co mne čeká a mohli jsme vyrazit.

Měli jsme zamluvené chaty v kempu a na místo jsme vyrazili už ve čtvrtek. Aklimatizace probíhala formou bobové dráhy, stezky v korunách stromů, pěšího výletu, návštěvy obchodu se stavebnicí Lego,… to vše se prolínalo s pípáním došlých sms o tom kolik bylo strženo z účtu. Pochopil jsem, že startovné závodu bude v tomto případě naprosto minoritní položka. Inu, Krkonoše…

V pátek večer jsme si dali malý výklus pro vyzvednutí startovních čísel. Start je přímo ve Špindlu v areálu Svatého Petra. Teď se před čtenáři téměř intimně odhalím a popíšu tok mých myšlenek, které mi šly hlavou po doběhnutí na místo startu a rozhlédnutí po okolních kopcích přes které poběžíme: *To je nádhera! Ty majestátní vrcholy… Ty vole, to jsou kopce jako kráva… Ty vole, ty kopce maj snad ještě hrby!*

Sobotní příprava byla jednoduchá – malá snídaně, do pásku zastrčit mobil (povinná výbava), toaletní papír (nepovinná, ale silně doporučovaná výbava), vzít dva energo gely a doklusat na start. Tam malá komplikace s předstartovní nervozitou – občas se prostě chce na záchod. Nechci být hnidopich, ale tři záchody na 400 lidí na startu mi přijde málo nejen teoreticky ale i prakticky. Takže i když jsme v chráněné krajinné oblasti, spousta běžců využije okolní přírodu – kolem areálu mohou očekávat bohaté přírůstky vegetace.

Netrvá to dlouho a odstartujeme – čeká nás 150 metrů rovinka a pak hned stoupání. Snažím se nepřepálit to, držet se vepředu a uhýbat úderům hůlek běžců hůlkami vybavených. Obzvlášť jeden je vytrvalý, a i přesto že mu to musí dát práci, snaží se mi neustále probodnout nohy – je úplně jedno kam zatočím, špičky jeho hůlek pořád míří na mé nárty. I když jsme pár stovek metrů od startu, tempo citelně klesne – přece jenom máme na necelém kilometru nastoupáno 70 metrů. Pak se cesta na chvíli srovná, než přijde nejdelší stoupání – několik kilometrů stále nahoru – kupodivu to docela jde – snažím se nechvátat a držet tepovku na rozumných hodnotách. Pomalu se sunu pořadím i dopředu – sem tam se mi podaří předběhnout běžce více supícího než já.

Další dva kilometry stále stoupáme klikatou cestičkou, a tak pro jistotu začínám střídat běh a chůzi – zpomalení při chůzi není tak velké, takže i s ním se mi daří předbíhat další běžce. To potěší. Stejně tak jako občasný pohled na hodinky – jsme na čtvrtém kilometru a máme nastoupáno 430 metrů – polovinu celkového stoupání na trase. Začínám se i dost potit – v jednu chvíli cítím jak mi pot teče po zádech a zastavuje se až na úrovni pásku kde mám uložené věci. Takže až budu potřebovat vyndat toaletní papír, vytáhnu místo něho vlhčené ubrousky s nestandardní vůní.

Pak přijde krátký úsek, kde si užijeme i seběh i když to bude jen pár stovek metrů. Po předchozím stoupání mám problém přepnout tělo z módu: *plazím se do kopce* do módu: *běžím z kopce.* Pár

desítek metrů trvá, než se tělo srovná a začne se hýbat tak jak by mělo. Na konci sbíháme po velkých dubových fošnách a u cesty stojí skupinka turistů z nichž jeden počítá pořadí závodníků – zaslechnu něco o 38. místě. Vzhledem k tomu že všude kolem vidím běžce z 50 km trasy, vypadá to, že na půlmaratonu jsem relativně vepředu.

Směr dolů byl fajn a přibíháme na další stoupání – tentokrát jen dva km kolem Klínové boudy, kde má být občerstvení. Bohužel je výhled na stovky metrů stoupání před námi, a i když stoupáme, moje morálka klesá. Takže střídám běh a chůzi. Vzhledem k tomu že je kolem šest běžců, pendluji neustále mezi 32. a 38. místem. Ostatním musím připadat jako magor – proběhnu kolem nich, zpomalím, nechám se předběhnout, zase je předběhnu,… to celé asi tak šestkrát dokola. Pak se cesta trochu narovná a už přecházím do běhu. Jsme za osmým kilometrem a stále marně vyhlížím občerstvovačku (bylo to koryto s vodou u Klínové boudy, kterého jsem si nevšiml). Devátý kilometr a v tu chvíli mi dojde že jsem za nejvyšším bodem a dle instrukcí jsem to měl napálit. Tak hurá na to.

Cesta je prach a štěrk a udusaná hlína… teda spíše cestička plná kamenů ale i tak se snažím běžet co nejrychleji. Předběhnu dva kluky, a před sebou vidím další ke kterým se blížím. Pak se trasa zlomí a začíná klesání. Přepínám z módu: *běžím rychle* na mód: *sebevražedně dolů*. Funguje to a brzy je za mnou další člověk. Pak málem naplním styl mého běhu – dolů to je a sebevražedně v jednu chvíli také. To, když se mi podaří jednou nezvednout pořádně nohu a palcem trefím jeden z kamenů. Negativní je že to bolí. Pozitivní že v nejbližší době můžu na pedikúře žádat 10% slevu 😊

A sestup stále pokračuje – cestička se stále ztenčuje a klesá více dolů – přicházejí dokonce serpentýny. Hrozně si ten sprint užívám – krásy Krkonoš (výhled je úžasný) si prohlédnu asi na tři vteřiny protože nechci na pedikúře žádat o ještě větší slevu. Předbíhat se nedá, ale soupeři jsou hodní a když slyší jak jim dupu a funím za zády, pustí mě před sebe. Odolává jen kluk v modrém triku, kterého před sebou vidím už několik kilometrů, ale dotahuju ho jen nepatrně. Cestička se rozšíří a narovná – běžím po její straně ve vymletém korytě a vpravo je už jen sráz pokrytý velkou vrstvou borůvčí. Utěšuji se, že v případě zakopnutí v něm skončím jako v měkkém polštáři. I když… vzhledem k rychlosti jakou běžím v něm spíše vyorám brázdu.

A sestup pokračuje dále – tentokrát už je cesta široká a hladká, takže přepínám na první kosmickou rychlost. Konečně se přibližuje kolega v modrém triku… a také další problém – zatáčka do pravého úhlu, u ní potůček a přes něj lávka svařená z desítek roxorů. Naběhnu na ní a zjišťuju že naštěstí neklouže. Jenže na svém straně mám rychlost, hybnost a odstředivou sílu – takže se pomalu blížím ke kraji lávky. A ta nemá zábradlí. Nechci letět. Nechci se koupat. Brzdím i očima. Vyjde to a já jen na konci lávky škrtnu zadkem o skálu která následuje – nedojde k žádnému poškození kamene (přece jen jsme v CHKO) ani mého pozadí.

Konečně doběhnu kluka před sebou a ocitnu se asi na 26. pozici. Jenže sklon kopce se ještě zvýší a já začnu lehce brzdit. Toho modrý kolega využije a jsem tam kde jsem byl - zase za ním. Naběhneme na sjezdovku začíná zábava. Zdola totiž sjezdovka vypadá jako krásně zelená louka s celkem přijatelným sklonem pro běh, po které je radost se proběhnout. Shora to je jiné – náklon je takový že se běží po patách a usilovně brzdí. A zelená travička je plná důmyslně poskládaného kamení. Zjišťuji že mám stejný problem jako brácha – ostatní běžci podobný terén běží krásně lehce že se nehýbe ani tráva kolem. Za to od mých nohou odlétávají kameny na všechny strany a táhnu si s sebou malou lokální lavinu. Jestli zakopnu, myslím že bez problému smetu modrého kluka a k tomu dole přidám ještě dva až tři turisty.

A sestup pokra… je za námi. A občerstvovačka na 14. km před námi – hned ji využiju a naleju do sebe tři kelímky pití. Modrý kolega si dá jen jeden, a tak mi zase zdrhne. Máme před sebou poslední úsek –

7 km okruh kde jsou 4 km do kopce a pak se vracíme sem zpět do cíle. Z rozklusu vím, že další kilometr bude mírně do kopce a tak se snažím spíše šetřit. Ale i tak dotahuju modrý dres – když se za dvě minuty dostanu na jeho úroveň, řekne mi nemůže, protože má zničené nohy. Smutně kývnu a vesele zdrhnu – opravdu nemůže protože se ani nezkusí chytit.

Pokračujeme stále do kopce, jen teď po asfaltu. Brácha měl pravdu – o opasku s mobilem vůbec nevím. V jednu chvíli si na něj vzpomenu a začnu si nadávat – od startu si v něm totiž táhnu gely. Jeden načnu a vychutnávám si svačinku. Tu mi zkazí kluk v protisměru – vítěz našeho závodu – vzhledem k místu kde se míjíme má náskok asi 4 kilometry. Podle délky nohou a stylu běhu je to úplně jiná liga. Až vyrostu a budu mít taky tak dlouhé nohy, taky budu tak běhat 😊

Vyšplhám se předposledního kopce a za ním probíháme dětským táborem. Děti jsou úžasné a fandí. Na kraji jeden klučina vystrčí ruku a čeká, jestli si s ním plácku. Plácnu. V tu chvíli vystřelí ruce všechny ostatní děti – podaří se mi trefit do každé kterou vidím a je mi jedno jestli její majitel o plácnutí stál nebo ne. Povzbuzování nabere na síle a v kombinaci s únavou a adrenalinem mi běhá mráz po zádech. Zafunguje to a začnu dotahovat kluka před sebou. Chvíli se k němu blížím, když najednou nečekaně zmizí. Doběhnu na místo, kde se ztratil a vidím šipky označující změnu směru - a to dokonce dvojitou. Nejprve prudce doprava a pak prudce nahoru. Někde jsem asi přehlédl půjčovnu maček a cepínů, protože ten sklon je asi 40 stupňů a leze se po čtyřech. Kolega nezmizel, ale za tu dobu, co jsem ho neviděl se mu podařilo vystoupat asi o tři metry. Je super dát na konec závodu něco takového – inu, Krkonoše.

Plazíme se (běh to není, chůze také ne) vzhůru a čekáme kdy se profil narovná a zkusíme se rozběhnout. To se povede asi po 150 metrech a popoběhneme na občerstvovačku. A na ní má závod jednu zvláštnost – když běžíte 50 km a cítíte že by to nedopadlo dobře, stačí křiknout na obsluhu že měníte trasu a zahlásit své číslo – a od té chvíle už běžíte jiný závod. Taková přeregistrace online. No a pokud jste mago… dostatečně šílení tak to jde udělat i naopak – z 21 km trasy můžete přeskočit na 50 km. Přiznám se, že mě možnost použít přeregistraci lehce láká, ale vzhledem k tomu že mám na dalších 32 km jeden malý gel, žádné pití a rozbité nohy, zůstanu raději na dětské trase.

Teď už jen samá pozitiva a sociální jistoty – poslední 3 km pořád dolů, většina po asfaltu. Jen by ta pozitiva nemusela tak bolet – běh dolů totiž velice příjemně masíruje rozbitá stehna – pokud jste masochista. Sociální jistoty přijdou hned vzápětí když kolem mne prosviští jeden z běžců a posune mě o místo dozadu. Začnu se ohlížet kolik sociálních jistot mám ještě za sebou – vidím jich několik a jako první z nich je běžec v modrém triku. Přijde mi, že mé sociální postavení je dobré a nechci na něm nic měnit. Držím se bráchovi rady a běžím co to dá. Jsem na devatenáctém kilometru a modré triko pořád drží. Kluk přede mnou je beznadějně vepředu a mohl bych ho předběhnout jedině kdyby upadl a onemocněl. Předposlední kilometr a stále se snažím držet tempo kolem 3:40 – podle hodinek to jde, podle mého obličeje asi úplně ne – proti mně běží do kopce závodníci kteří, jsou za mnou a když vidí můj obličej tak mi jich většina fandí a povzbuzuje. Inu, Krkonoše

Konečně dobíhám do cíle a podaří se mi nezakopnout o cílovou čáru. Čas 1:56:56 – chtěl jsem být pod dvě hodiny, takže cíl splněn. Vím, že přede mnou muselo doběhnout půlmaraton tak 13 lidí, ale i přesto tajně doufám že v mé kategorii by mohla bedna vyjít. Z tohoto omylu mne vyvede organizátor, ihned po doběhu ohlásí že nemusím řešit stupně vítězů protože jsem v kategorii čtvrtý. Inu, Krkonoše 😊

Ps. Chvílí po doběhu vyjedu s ostatníma lanovkou na Svatého Petra, nahoře si dáme oběd, děti si pohrají na hřišti, sjedeme dolů, koukneme na první dobíhající z 50 km trasy (brácha stejně jako loni

celkově 4. místo) a já pak jdu o něco delší trasou do kempu. Cestou potkávám v protisměru běžce z padesátky – jsou na 35. kilometru, mají před sebou stoupání na Medvědín a nevypadají nejlépe… no úplně jim nezávidím… Ale i tak si pořád říkám, jestli příští rok neopustit dětskou trasu a nedat si tu jejich dospěláckou.