



Úspěšná sprinterka začala s běháním až na vysoké

Příběh jako z pohádky. Ještě před čtyřmi lety běhala čtyřicetiletá Tereza Petržílková, studentka pedagogické fakulty, jen rekreačně v přírodě. K závodění ji přivedl až v prvním ročníku bakalářského studia její pedagog Václav Salcman. Teď jí patří sedmé místo z halového mistrovství světa v atletice.

„Při první hodině atletiky probíhá testování disciplín, při němž Tereza zaběhla stovku s časem na úrovni limitu kluků. Nemohl jsem ji tam nechat jen tak ladem,“ říká Václav Salcman s tím, že je až s podivem, že si ji mezi hledači dětských sportovních talentů nikdo nevšiml. Jako trenér plzeňského klubu AK ŠKODA ji proto pozval na tréninky, na něž postupně začala docházet až pětkrát týdně. A dostavilo se ohromné zlepšení.

V březnu letošního roku se Tereza v anglickém Birminghamu postavila na start štafety 4x400 metrů. Svoji premiéru na mistrovství světa korunovala sedmým, prvním nepostupovým místem. Na šampionát se nominovala na halovém mistrovství ČR, kde v běhu na 400 metrů s časem 53,77 sekund vytvořila nejen osobní, ale také nový krajský ženský halový rekord. Ten jí vynesl bronzovou medaili.

K myšlence začít závodně s atletikou vás přivedl až na vysoké škole pan Salcman. Nikdy před tím vás nenapadlo zkoušet se nějakému sportu věnovat na profesionální úrovni?

Jako malá jsem se ráda angažovala na školních tanečních vystoupeních v pohybových skladbách, ale bohužel u nás v té době nebylo moc možností, jak

takové tance rozvíjet, takže s přibývajícím věkem se sen postupně rozplýval. Pak ještě přišla éra skateboardingu, která pro mě nijak valně také nedopadla, takže v pozdějším věku mě už ani nenapadlo, že bych vůbec dělala nějaký sport závodně, natož profesionálně.

Jaké to bylo, přijít poprvé do atletického klubu? Většina závodníků přece jen začíná v nižším věku. Váhala jste dlouho, zda se do toho pustit?

Váhala jsem několik týdnů a pobízení od pana Salcmana jsem zpočátku nebrala moc vážně. Nakonec jsem si řekla, proč to nezkusit? Pamatuji si přesně ten první den, kdy mě Vláďa Bartůněk zkoušel z atletické abecedy a různých cvičení, aby zjistil, jak na tom jsem. Podívaná to tenkrát musela být vtipná, ještě jsem běhala s nohama do X, ale dali mi šanci. A tehdy vše začalo.

Je pro vás obtížné skloubit sport a školu?

Nejde jen o skloubení sportu a školy, ale taky o práci. Je toho hodně a na jiné věci už mně čas takřka nezbyvá. Říkám si ale, že když se chce, tak to jde. Momentálně mám na prvním místě atletiku, kterou upřednostňuji před vším ostatním. Čas působnosti ve sportu je přece jenom omezený oproti možnosti studovat. Snažím se do tréninků a přípravy dávat vše, abych jednou mohla skončit s vědomím, že jsem ze sebe vydala opravdu

maximum. Musím myslet ale i na zadní vrátka. Až jednou přijde konec s aktivní atletikou, budu se mít od čeho odrazit. Zatím to funguje a vesměs všichni učitelé respektují to, čemu se věnuji, a snaží se mě podporovat. Za to jsem jim nesmírně vděčná a vážím si toho.

Už jako střední školu jste si ale vybrala pedagogické lyceum se zaměřením na tělesnou výchovu. Znamená to tedy, že jste měla ke sportu vždy blízko?

Ano. Na základní škole jsem se dokonce účastnila několika přespolních běhů. Jediné předměty, kde jsem trochu vynikala nad ostatními, byl právě tělocvik a výtvarka.

Právě výtvarná výchova je druhým oborem, který na ZČU studujete...

Slyšela jsem, že jsem snad první absolvent tělesné výchovy, který si takovou kombinaci zvolil. Nejradši bych pokračovala v tělesné výchově, stejně jako při bakalářském studiu, bohužel ale takovou možnost navazujícího studia tady nemáme. K umění moc blízko nemám, ale jako mladší jsem mnohdy relaxovala malováním, a tak jsem si řekla, že bych se k tomu mohla vrátit a vzdělat se ještě v jiné rovině.

Hodí se vám poznatky ze studia na vysoké škole i ve sportovním životě?

Poměrně často. Protože jsem aktivní sportovec, uplatním vědomosti z množství předmětů, kterými jsem si v průběhu studia prošla a které se vzájemně prolínají. Spadá sem teoretická stránka atletických disciplín, sportovního tréninku, anatomie, fyziologie, zdravotní tělesné výchovy, gymnastiky, ale využívám také vědomosti a dovednosti z kurzu sportovních masáží, jednotlivé didaktiky a další. Důležitá je podle mě i celková znalost historie tělesné kultury a všeobecný rozhled.

V rámci své bakalářské práce jste pro děti zorganizovala netradiční sportovní odpoledne. Co vás na práci s dětmi nejvíce baví?

Člověk si při práci s dětmi uvědomí, že nejsou zmenšeninou nás dospělých, ale mají svůj vlastní svět a vidí ho jinak než my. Baví mě vracet se prostřednictvím této práce do svých dětských let. Ještě více mě baví motivovat je k pohybu a učit je něčemu novému, zejména když mají samy zájem. Obrovskou odměnou pak je, když za mnou někdo z dětí přijde a řekne, že chce jednou běžat stejně jako já. Z toho mám obrovskou radost a cítím, že dělám správnou věc.

Čemu byste se ráda věnovala po skončení atletické kariéry?

Zatím váhám, jakým směrem se vydám. Mám v hlavě několik možných variant, ale rozhodně to musí být něco, co mě bude bavit a naplňovat. Určitě chci zůstat ve sportu, ideálně v atletice. Chci si také vyzkoušet dráhu učitele. Věřím, že až to jednou přijde, objeví se i řada jiných zajímavých příležitostí.

Jaké trati běháte? Je čtyřstovka vaší nejoblíbenější?

Moje hlavní disciplína je 400 metrů, doplňkově běhám 200 metrů. Na extralize a šampionátech štafety 4× 100, 4× 400 metrů a v hale ještě 4× 200 metrů.

Tréninkově tam zařadíme i netradiční tratě 150 a 300 metrů nebo sprinterské trojboje (60, 100 a 200 metrů). Čtvrtku mám nejradši, ale je to hodně bolestivá záležitost, a protože je to moje hlavní disciplína, bývám nervózní. Proto si asi nejvíc užiju dvoustovku. Na dvoustovce člověk tolik nepřemýšlí, jde hlavně o dobrou reakci, start a pak už jen běžet do cíle, co to dá.

Jak jste si účast na mistrovství světa užila?

Byl to úžasný zážitek. Na hotelu s námi bydlelo hodně reprezentantů z jiných zemí a potkávali jsme všude hvězdy, které znám jen z televize. Při rozcvičování na závod jsem měla možnost se s některými setkat. Stejně tak v hledišti při fandění ostatním našim atletům, kdy vedle nás seděl třeba americký tyčkař Sam Kendricks, který na tomto šampionátu získal stříbro. Závod po boku zkušených polských nebo jamajských čtvrtkařek byl sám o sobě zážitkem.

Tereza Petržilková

- 24 let
- studuje na Fakultě pedagogické ZČU v magisterském programu Učitelství pro střední školy se zaměřením na tělesnou a výtvarnou výchovu
- s běháním začala před čtyřmi lety v prvním ročníku vysokoškolského studia
- atletka extraligového klubu AS Škoda Plzeň
- na halovém mistrovství ČR v atletice 2018 v běhu na 400 metrů získala bronzovou medaili a nominovala se na halovém mistrovství světa v Birminghamu
- poprvé reprezentovala ve štafetě na 4× 400 metrů na mistrovství Evropy družstev 2017 v Lille
- specializuje se na trať 400 metrů, doplňkově startuje v závodech na 200 metrů

