

Vrcholí americká príprava majstrov sveta Erika Vlčeka a Juraja Tarra na novú sezónu

Spoločnej lode sa ešte nedotkli...

V auguste minulého roka sa na majstrovstvách sveta v rýchlostnej kanoistike v Moskve zaslúžili o senzáciu. Vo vodáckom areáli v Krylatskom Komárňania Erik Vlček a Juraj Tarr triumfovali v K2 na olympijskom kilometri

a potom aj na 500 metrov. Príprava týchto úspešných kajakárov Športového centra polície (ŠCP) na novú sezónu pomaly vrcholí, o čom svedčí aj náš aktuálny rozhovor s ich trénerom Petrom Likérom.

Na linke BRATISLAVA – NEWPORT BEACH



Juraj Tarr (vľavo) a Erik Vlček s trénerom Petrom Likérom (v strede) končia dôležitú časť prípravy v americkom Newport Beach.

FOTO ARCHÍV (pl)

● **Vieme, že za teplom ste opäť vycestovali za oceán. Kde ste teraz so svojimi zverencami, dvojnásobnými majstrami sveta z uplynulého roka?**

„Už práve mesiac sme v Kalifornii, konkrétne v Newport Beach. Chodíme sem každý rok na jar za výbornými podmienkami, ktoré už dobre poznáme. Okrem Erika, Ďura a mňa je tu s nami aj jeden juniorský kajakár z Komárna, volá sa Adam Botek. Bývame v prenajatom dome aj s českými kanoistami. Ale pobyt sa nám už končí, v nedeľu odchádzame domov.“

● **Aká je náplň vašich tamjších tréningov?**

„Krátke pred sezónou je dôležité najazdiť čo najviac kilometrov. Venujeme sa však aj technike pádovania. Na vodu chodíme dvakrát denne a každý z „chalanov“ absoluuje priemerne 30 kilo-

metrov. Doplnkovo využívame veslársky trénažér, beháme aj posilňujeme. Dôležité je nestratiť silu, ktorú sme získali v hrubej zimnej príprave.“

● **Sú tam niekde s vami, či okolo vás, aj iní známi kajakári?**

„Z priamych konkurentov tu nik nie je. Zo známych vodákov sme tu však stretli olympijskú víťazku z Londýna v K4 Maďarku Krisztinu Fazekasovú. Od českých kanoistov vieme, že ich „káštvor-ka“ sa pripravuje v neďalekom San Diegu.“

● **Ak ste si našli voľný čas, na čo ste ho využili? Boli ste v hľadisku na nejakom tamjšom špičkovom športe?**

„Voľno sme využívali najmä na regeneráciu, teda na masáže, saunu, ale aj krykymoru. Máme tu však už aj známych, ktorí nám ponúkli program, grilovačku či jazdu

na motokárach, čo sme aj spoločne využili. Boli sme aj na jednom domácom zápase Los Angeles v NHL proti Pittsburghu vďaka Mariano-

Dôležité je nestratiť silu, ktorú sme získali v hrubej zimnej príprave.

Tréner PETER LIKÉR

vi Gáborikovi, ktorý nám poslal vstupenky.“

● **Vaši zverenci jazdia iba v singlových lodiach, alebo aj v deblovke?**

„Na dvojka je ešte času dosť. Jazdia iba v K1. Vlastné lode tu máme uskladnené už niekoľko rokov. Inak nová „ká-dvojka“ bude dizajnovo odlišná od vlaňajšej, urobili sme na nej malé úpravy. Zdvihli sme palubu, aby vo väčších vlnách „chalanov“ nezatápalo. Na MS v Miláne, kde bude kvalifiká-

cia o postup na OH, nie je rozjazdovací kanál, preto tam očakávame stále väčšie či menšie vlny.“

● **Ste spokojný s doterajšou prípravou členov K2 na novú sezónu?**

„Zimná príprava bola v poriadku. Zvýšili sme objem plaveckých tréningov a podľa testov sa „chalani“ v tomto športe výkonnostne zlepšili. Netrápili ich ani zdravotné problémy. Vy-darené bolo aj dvojtyždňové sústredenie v Rakúsku na bežkách. Hrubú zimnú prípravu sme zakončili doma v Komárne.“

● **Ako teraz vyzerá váš súťažný plán až do augustových MS v Miláne? Budú dôležité aj ME v Česku a Európske hry v Baku?**

„O necelý mesiac budú pr-

MUSÍME ZÍSKAŤ MIESTENKU NA OH

„Cítim sa tu v Kalifornii veľmi dobre. Nemáme žiadne problémy. Za seba môžem tvrdiť, že sa vieme na tréningy stopercentne sústrediť. Nikto nám nič nedá zadarmo, preto je zbytočné pripomínať, čo sme vlni vyhrali. Môžeme na to zabudnúť, hoci to je povzbudivé. Naša plná pozornosť sa upiera na tento rok, v Miláne musíme „bez pardónu“ získať miestenku na OH v Riu de Janeiro,“ zdôraznil Erik Vlček.

VIEME, ČO SA OD NÁS OČAKÁVA

„Máme tu výborné tréningy, sme spokojní so stravou a tradične je tu aj dobré počasie. Nezabúdame na vhodnú regeneráciu, ani na dobrú náladu a udržiavanie potrebného zdravia. Cítim sa po vlaňajšku sviežo, nechýba nám potrebná sebadôvera. Nechceme nikoho sklamať, vieme, čo sa od nás očakáva. Urobíme maximum, aby bola naša K2 znova víťazná,“ skonštatoval Juraj Tarr.

vé kontrolné preteky v Račiciach, kde Erik aj Juraj budú súťažiť v K1 na 1000 metrov, ale aj v K2 na 1000 i 500 metrov. Predtým chceme stihnúť ešte nejaké intenzívne tréningy na osvedčenej dráhe v maďarskom Szolnoku. V úvode mája budú ME takisto v Račiciach, tri týždne po nich náš jediný Svetový pohár v nemeckom Duisburgu a potom v júni dôležité Európske hry v Baku. Augustové MS v Miláne sú však najpodstatnejšie, keďže tam pôjde o olympijskú kvalifikáciu. Všade chceme dokázať, že tituly majstrov sveta neboli náhodné.“

● **V akom kontakte ste boli s domovom?**

„Keď sme sa tu ráno o siedmej zobudili, doma boli tri popoludní, čo bol ideálny čas na debaty cez skype alebo facetime. Tak to šlo dokola pravidelne každý deň.“

TOMÁŠ GROSMANN