

Můj první půlmaraton - Naše Kosmonosy

Napsal uživatel David Odnoha
Úterý, 01 Květen 2012 23:03



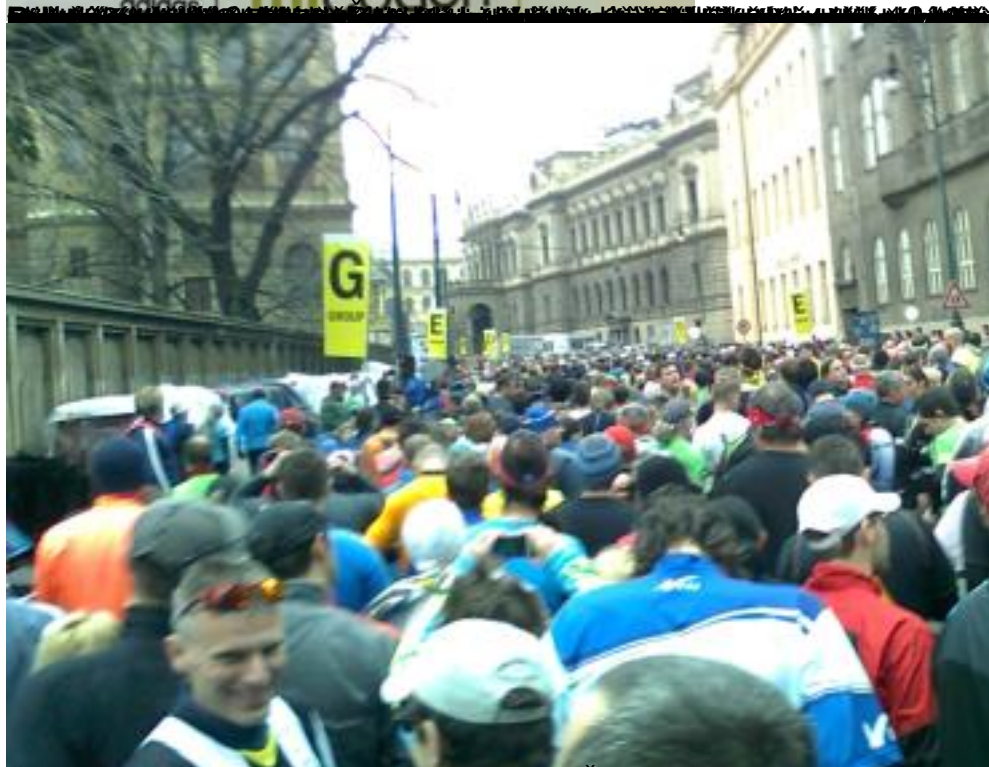
Na začátku bylo hecnutí. „Když poběžíte vy dva, běžím taky,“ prohlásil jsem jednoho říjnového večera v nejménované mnichovohradištské restauraci, kde jsem se po dlouhé době viděl se svými kamarády, s nimiž jsem před patnácti lety začal odvíjet film svého pracovního života. Od slov nebylo daleko k činům. Jen registrace a poplatek. To stačilo k tomu, abych se hrdě stal jedním z jedenácti tisíc běžců, kteří se přihlásili na pražský Hervis Půlmaraton 2012, který byl naplánován na sobotu 31.března 2012.

Jak už se to někdy stává, kdo chvíli hecoval, hecuje opodál. A hecovaný běží. No jo, zůstal jsem na to nakonec z naší trojky sám. S Petrem jsem se byl jednou proběhnout, nestačil jsem mu moc, to nemohu říci, ale nakonec moje pata vydržela a jeho ne. Bohužel pro oba.

Trénovat jsem začal pozdě. Myslím tedy běhat; na spinning jsem chodil a chodím pravidelně, ty nohy si tedy určité pohyby pamatují. Ty nohy si to pamatují! Určité pohyby se totiž nedají zapomenout ani přes zimu. Letmým pohledem do svého tréninkového deníčku zjišťuji, že letos poprvé jsem běžel až o Vítězném únoru; tedy pět týdnů před startem půlmaratonu. Přesto jsem – aniž bych to nějak přeháněl – naběhal před startem téměř sto kilometrů. Z toho ale byly tři patnáctikilometrové štreky. Na větší vzdálenost jsem si netroufal, to jsem si schovával až do Prahy. Cíl základní byl doběhnout, cíl vyšší doběhnout pod dvě hodiny.

Můj první půlmaraton - Naše Kosmonosy

Napsal uživatel David Odnoha
Úterý, 01 Květen 2012 23:03



Můj první půlmaraton - Naše Kosmonosy

Napsal uživatel David Odnoha
Úterý, 01 Květen 2012 23:03



Hervis Prague Half Marathon

31 March 2012

ODNOHA
DAVID

Startovní č. 5179

Čas: 02:01:25

Reálný čas: 01:55:53

Kontrola	Čas	Rozdíl	Pořadí	V kategorii AM
Km 5	00:32:41	00:32:41	4195°	2298°
Km 10	00:59:56	00:27:14	4335°	2393°
Km 15	01:27:38	00:27:42	4289°	2405°
Km 20	01:55:32	00:27:54	4285°	2411°
Finish line	02:01:25	00:05:52	4287°	2408°



Můj první půlmaraton - Naše Kosmonosy

Napsal uživatel David Odnoha
Úterý, 01 Květen 2012 23:03
