




REKLAMA

RUNGO.cz
běháme srdcem

REKLAMA

iDNES.cz **RG** RunTech Outfit Zdraví Rungo závody Termínovka   

Yuki Kawauchi, hobík z jiné planety

29. prosince 2013    

Maraton je v Japonsku po baseballu nejpopulárnějším sportem a elitní běžci požívají v Zemi vycházejícího slunce značného komfortu díky štědré podpoře korporátních týmů jako Toyota či Konica Minolta. Všem profesionálům však v poslední době ukazuje záda šestadvacetiletý tokijský školní administrátor Yuki Kawauchi.



Yuki Kawauchi se drží tréninkového systému Arthura Lydiarda. | foto: Profimedia.cz

S minimální podporou a svérázným tréninkem letos zaběhl šest maratonů pod dvě hodiny a deset minut (z toho poslední dva v rozmezí čtrnácti dnů, překonal tak světový rekord) a vzkazuje všem, že běhat na nejvyšší úrovni se dá i při zaměstnání.

Yuki Kawauchi se atletice začal věnovat už v šesti letech, jeho slibné výkony v mládežnických kategoriích ale přerušilo období vleklých zranění. Nebyl draftován žádným z předních univerzitních týmů a zmizel i z hledáčku skautů, rekrutujících mladíky na dráhu profesionálních běžců pro některou z japonských velkých společností.

Proto Kawauchi nastoupil na plný úvazek do večerní školy na předměstí Tokia a začal si razit běžecké štěstí odspoda.

Administrátor se svérázným tréninkem

Ve své první maratonské sezoně zaznamenal úctyhodný čas dvě hodiny a sedmnáct minut, nicméně už rok později se zlepšil o pět minut. "Chci lidem ukázat, že běhat na světové úrovni se dá i při zaměstnání," prohlásil opakovaně zázračný hobbík, jehož trénink a závodění připomíná spíše sbírku smrtelných hříchů proti běžeckým příkázáním.

Fotogalerie



[Zobrazit fotogalerii](#)

Ačkoli moderní praxe káže nezanedbávat žádné složky včetně rychlosti a tempové vytrvalosti, v Kawauchiho deníku tvoří "rychlé kilometry" pouze malou část z obvyklé měsíční šestistovky. Zatímco profesionálové ladí formu na dva, maximálně tři maratony ročně, amatér Kawauchi jich za rok zvládne i jedenáct, a to v časech, jimiž hravě překonává český rekord Karla Davida, ba co víc, z tabulek by Japonec vymazal všech deset historicky nejlepších výkonů dosažených českými maratonci.

V Japonsku, které produkuje po Keni a Etiopii nejvíce elitních maratonců na světě, se stal Kawauchi celonárodní senzací na scéně Tokijského maratonu 2011. Přítomné publikum sledovalo srdnaté běžecké představení, v němž Kawauchi předčil v čase dvě hodiny a osm minut všechny své krajany. V cíli závodu, který byl národní kvalifikací na mistrovství světa, pak zkolaboval a prostor opouštěl na vozíku za potlesku diváků vzdávajících hold člověku, který řečeno Magnanem, běží jako my: který viditelně platí za vítězství velkou cenu. Odměnu za umístění v závodě – vůz německé výroby – Kawauchi nejprve nabídl svojí matce, když odmítla, auto prodal a výtěžek věnoval na pomoc obětem tsunami.

Ani poté, co reprezentoval Japonsko na mistrovství světa, nechce šedesátikilový školní administrátor o nabídkách sponzorů slyšet: "Když jste profesionál a trénujete dvakrát nebo třikrát denně, trávíte svůj čas mezi běhy hraním videoher. Mne moje pracovní doba přinutila trénovat mnohem efektivněji a zvýšila moji motivaci pro víkendový trénink," citoval běžce list The Japan Times.

Kawauchiho přeplněný kalendář, který minulý rok čítal více než tři desítky závodů, ovšem vyvolává otázku, jak dlouho může vytrvalec, kterému v regeneraci údajně pomáhají pouze tradiční procedury jako sauna a masáže, zběsilé tempo snášet. Když po neúspěšné kvalifikaci na olympiádu v Londýně ukázal Kawauchi novinářům, že si za trest oholil hlavu a následně provedl totální sebekritiku, začala si i běžecká veřejnost, bez ohledu na samurajské tradice země, dělat o duševní zdraví svého miláčka jisté obavy.

I v roce 2013 ovšem Kawauchi všechny provokoval impozantní bilancí: dokončil jedenáct maratonů (nejlepší čas 2:08:14, nejhůře nejhorší 2:18:29) a připsal si v nich celkově pět vítězství. K tomu překonal i vlastní světový rekord, když dva jeho maratony pod dvě hodiny deset minut dělilo pouhých čtrnáct dní.

Kawauchiho ultimátní cíl – olympijské hry v Riu 2016 – se v tvrdé japonské konkurenci zdá být stále nepravděpodobným. Jeho příběh je však důkazem, že

přirozený talent rozvíjený od útlého věku v kombinaci s přísným režimem a zarputilostí znamená více než špičkové zázemí a vědecký přístup k tréninku.



Autoři: Rungo.cz , Milan Janoušek

REKLAMA

Běž dál!

- [Charlie Engle přeběhl Saharu, teď vyběhl z vězení a chce běžet 7 500 km](#)
- [Říkali mu Démon a naposledy na trať vyběhl, když mu bylo 96 let](#)
- [Paula Radcliffová: Smolařka, která si tyká s dřinou](#)
- [Tom Longboat byl "líný" indián, který předběhl moderní trénink](#)
- [Dean Karnazes: mašina, která běhá srdcem](#)
- [Lydiardův koncept: budujte vytrvalost a běhejte na pohodu](#)
- [Běh v dunách, lekce z antiky i poslech Beethovena. Takhle trénoval Percy Cerutti](#)
- [Střípky ze světa: překvapení v Bostonu a vzestup ultramaratonů](#)

- Běh
- Etiopie
- Japonsko
- Keňa
- Maraton
- Osobnosti
- světový rekord
- Karel David
- Konica Minolta
- Londýn
- Maraton
- Tokio
- Toyota
- Zaměstnání



- [Vstup do diskuse](#), zpět na hlavní stranu: [Rungo](#)

REKLAMA

DISKUSE

Yuki Kawauchi, hobík z jiné planety

Lada
Novak



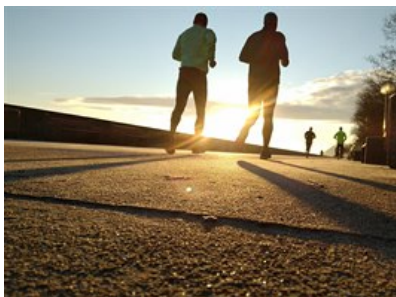
podle mého se na jiných planetách neběhá... V celé sluneční soustavě má pravděpodobně pouze člověk autodestruktivní...

V diskusi je 1 příspěvek, poslední příspěvek 29. 12. 2013, 17:00

VSTOUPIT DO DISKUSE



Běhejte tak, jak vás to baví. Budete šťastnější i rychlejší



Novinky ze světa: nejaktuálnější doporučení na poli zdraví