

# Jihlavský půlmaraton podruhé aneb... Co funguje, neměň!

Nejen běžci, ale nově také koloběžkáři se mohou 13. září zúčastnit druhého ročníku Jihlavského půlmaratonu. Přihlásit se lze už nyní.

Jan Salichov  
redaktor MF DNES

**JIHLAVA** Hranici tisíce účastníků by při letošním druhém ročníku rádi atakovali pořadatelé Jihlavského půlmaratonu, vytrvalostního běžeckého závodu, který se v krajském městě Vysočiny poběží v neděli 13. září.

„Při premiérovém ročníku byl zájem nebývalý, odstartovalo 731 závodníků,“ vrací se k loňskému ročníku ředitel závodu Jiří Holoubek. „Letos si pohráváme s myšlenkou, zda překročíme tisícovku. Rádi bychom,“ přeje si.

Druhý ročník Jihlavského půlmaratonu bude těžit z toho, co se loni osvědčilo. „Co funguje, neměň,“ razí jasné heslo Holoubek.

Proto se znovu poběží dva desetikilometrové okruhy. „Trať by měla být z velké části, až stoprocentní, shodná s tou loňskou,“ prozradil Holoubek.

„Co dále zachováme jsou závody štafet dvojic a čtveřic. Tak, aby běžci, kteří si netroufají na celých dvacet kilometrů, se mohli o tu porci rozdělit se svým partákem nebo partáky,“ připomíná Holoubek, že v takovém případě člen štafety běží deseti- nebo dokonce jen pětikilometrový úsek.

Pokračovat bude i tradice rodinného běhu na 1 200 metrů, který předchází startu vlastního půlmaratonu. „Děti mohou vzít rodiče, prarodiče, nebo poskládat rodinné týmy v různých formách. Podmínkou je, aby v každém týmu bylo minimálně jedno dítě do 15 let a jeden dospělý,“ nastiňuje myšlenku.

## Fakta Jihlavský půlmaraton



Druhý ročník vytrvalostního běžeckého závodu na 21,097 kilometru se v Jihlavě uskuteční v neděli 13. září. Poběží se na desetikilometrovém městském okruhu, start a cíl je na Masarykově náměstí.

| Délka tratí          |           |
|----------------------|-----------|
| Jednotlivci          | 21,097 km |
| Štafety dvojic (2x)  | 10,548 km |
| Štafety čtveřic (4x) | 5,274 km  |

Elektronická registrace k závodu je spuštěna na internetových stránkách [jihlavskypulmaraton.cz](http://jihlavskypulmaraton.cz), startovné do 21. srpna činí 300 Kč, do 4. září 350 Kč, později 400 Kč.

Startovné zahrnuje: startovní číslo se jménem, tričko (jen při přihlášce do 4. září), pamětní medaili, občerstvení v průběhu závodu, zdravotní a technickou pomoc, měření času. V případě neúčasti se startovné nevrací.

**Doprovodný program**  
**Rodinný běh na 1,2 km**  
(libovolný tým, s účastí minimálně jednoho dítěte do 15 let a jednoho dospělého)  
start závodu 10.30

**Startovné**  
Dospělí 70 Kč  
Dítě do 15 let 20 Kč  
Elektronické přihlášky do 4. září

**Závod koloběžek na 10,548 km**  
start závodu 11.50

**Startovné**  
stejně jako u hlavního závodu

Absolutní novinkou doprovodného programu je naopak zařazení závodu koloběžek. „Koloběžkáři nás oslovili sami a požádali nás, jestli by nebylo možné jejich soutěž zařadit do Jihlavského půlmaratonu, protože v okolí Jihlavy žádný závod nemají,“ říká Hana Šabatková z pořádajícího občanského sdružení Sliby - Chyby. „Tak jsme jim jedno kolo slíbili,“ prozrazuje.

„Doufáme, že to závod oživí. A že pro lidi, kteří budou stát kolem trati, bude zajímavější,“ usmívá se Holoubek. „Takže kdo má doma kolobřku, přijďte se zapojit. Protože i když jsou koloběžky různé - závodní, sportovní, rekreační či hospodské, na kterých jezdíme do restaurací - na všech se můžete zúčastnit.“

Spolupořadatelem Jihlavského půlmaratonu je jihlavský magistrát. „Město jsme vyzvali a požádali o pomoc. A odpovědní a zároveň zodpovědní lidé v jedné osobě nás vyslyšeli,“ těší Holoubek. „To nám výrazně usnadňuje jednání na všech možných institucích - při regulaci dopravy, při záboru prostranství... Těch razítek je mrak,“ dodává.

Jeden příklad za všechny: „Zrod Jihlavského půlmaratonu nebyl ničím snadným. Loni jsme do poslední chvíle váhali, jestli se do takto rozsáhlého podniku vůbec pustit,“ prozrazuje Holoubek. „Kdybychom si to bývali rozmysleli, ušetřili bychom si řadu starostí. Třeba jen jak na trať rozmístit 485 dopravních značek...“

Přihlásit k závodu se můžete už nyní na internetových stránkách [www.jihlavskypulmaraton.cz](http://www.jihlavskypulmaraton.cz).

„Co se týká cen startovného, pohybují se od 300 až do 400 korun. V ceně je navíc i tričko, takže je to v podstatě za lidovku,“ má jasno Holoubek. „Kdo se totiž trošku orientuje v městských půlmaratonech, ví, že jinde startovné často začíná na dvojnásobku a končí na částce nekřesťansky vyšší,“ všimá si. „My však touto cestou jít nechceme, chtěli bychom i v budoucnu startovné držet na podobné ceně,“ slíbíl.



**Překonají tisícovku?** Loňského premiérového ročníku Jihlavského půlmaratonu se zúčastnilo 731 závodníků. Pořadatelé doufají, že letos bude počet startujících ještě vyšší. Foto: Tomáš Blažek, MAFRA

## Snaha o pomoc pokračuje. Po Haničce se poběží pro Nikolku

**JIHLAVA** Podobě jako loni bude výtežek ze startovného v rodinném běhu na 1 200 metrů, který je součástí Jihlavského půlmaratonu (13. září), použit pro dobrou věc.

Zatímco premiérový ročník se běžel pro postiženou Haničku, které pořadatelé z občanského sdružení Sliby - Chyby dokázali získat finance na zakoupení hydromasážní vany, letos by rádi pomohli Nikolce. „Nikolka vypadá velmi zdravě, je velmi šikovná, snaží se,“ říká o šestileté holčičce s vrozenou cystickou fibrózou Hana Šabatková z pořadatelského týmu.

Malá Nikolka však pro boj se svým onemocněním velmi potřebuje dýchací přístroj. „Ten bohužel pojišťovna nehradí,“ říká její maminka.

„Její onemocnění, které je dědičné, způsobuje to, že se plíce stále častěji zanášejí hlenem,“ popisuje chorobu, kvůli které se pacientům přezdvíhá slané děti. „My normálně zdraví, díky tomu, že dobře vstřebáváme sůl, můžeme tyto hleny uvolňovat. U dětí a lidí s cystickou fibrózou to bohužel není absolutně možné,“ vysvětluje.

Malí pacienti však mají problémy také s přijímáním potravy. „Zasažena je i slinivka břišní, která netvoří enzymy potřebné pro štěpení potravy. Proto jsou před každým jídlem podávány léky,“ říká paní Vondráková.

Organizátoři Jihlavského půlmaratonu chtějí Nikolce pomoci. „Budeme rádi, když se do naší snahy zapojí co nejvíce lidí. A případně, pokud nám někdo přispěje. Tak, aby

Nikolka mohla dostat to, co potřebuje,“ říká Šabatková.

Ředitel závodu Jiří Holoubek připomíná, že v loňském roce se potřebné peníze pro Haničku sehnat

podařilo. „Když jsme přemýšleli nad hydromasážní vanou, tak jsme si říkali: ty jo, to není možné sehnat. Na to nedosáhneme. A povedlo se,“ těší ho. „Proto věřím, že to

také s inhalačním přístrojem, který plánujeme Nikolce pořídit, dopadne dobře,“ doufá.

Pomocť můžete i vy! Stačí vytvořit minimálně dvoučlenný tým, v

kterém bude jeden dospělý a jedno dítě do 15 let, zaregistrovat se do rodinného závodu a zaplatit startovné. To pro dospělého činí 70, pro dítě 20 korun. (rtd)



**Běh pro Nikolku** Šestiletá Nikolka Vondráková by pro boj se svým onemocněním - cystickou fibrózou - potřebovala dýchací přístroj. Podaří se na něj pořadatelům Jihlavského půlmaratonu získat finance? Foto: Hana Šabatková

## Očima Nikolky

Dobrý den, jmenuji se Nikolka Vondráková. Narodila jsem se 6. května 2009 o něco dřív, než to rodiče plánovali. Moc dlouho ale naše štěstí netrvalo a v necelých 4 měsících mi po testech diagnostikovali vrozené onemocnění „CYSTICKÁ FIBRÓZA“. A pro mě i rodiče začal úplně jiný život.

Toto vzácné, geneticky podmíněné nevyčísitelné onemocnění postihuje moje plíce, slinivku břišní, střeva a imunitu. A bohužel i přes veškerou léčebnou péči se nedaří přesáhnout životní hranice střední věk. Každé ráno brzo vstávám, musím stihnout inhalaci, dechové cvičení a foukání do pomůček, aby moje plíce byly udržované průchodné a relativně čisté. To celé mám 3x denně, a pokud se vyskytne nějaká infekce dýchacích cest, tak i 5x denně. Miluji jízdu na kole, běhání za míčem, ale ze všeho nejráději skáču na trampolíně. Pohyb mi moc pomáhá v čištění plic od hlenů, které se mi tam během dne i přes inhalace usazují. S jídlem to není o moc lepší. Proto-

že toto onemocnění postihuje i slinivku břišní, musím mít před každým jídlem dávku enzymů, takže moje slinivka sama neumí vytvořit, a jídlo musí být velmi pestré a energeticky hodnotné a nesmí chybět ani vyšší dávky laktobacilů a různých vitamínů.

A úplně nejdůležitější je pro mě do držování přísných hygienických podmínek. Nemůžu třeba jít s maminkou něco dělat na zahrádce, u zalévání květin nemůžu být, nesmím chodit do sauny, do vířivky, na veřejné WC či společné sprchy, ve škole mazat tabuli houbou... Tady všude na mě číhají nebezpečné bacily, které mohou ohrozit můj život. Rodiče se snaží, jak jen to jde, abych prožila spokojené a ničím nomezované dětství a celý život, ale bohužel vše je finančně hodně nákladné. Věřím, že některým dobrým lidem můj příběh nebude lhostejný a svojí troškou pomohou mým rodičům k nákupu pomůček, které mi pomohou být tu se svými nejbližšími co nejdéle.

**Nikolka**