

**Ve velmi kvalitně obsazeném závodu na 800 m v rámci Memoriálu Josefa Odložila doběhla na chvostu. Zklamání? Naopak! Výjimečná konkurence vytáhla Lenku Masnou k velkému osobnímu rekordu, který ji nominoval zároveň na Evropský pohár a ME do 22 let, kde úspěšný rok korunovala osmým místem ve finále. Příští sezonu by svěřenkyně Jiřího Sequenta ráda postoupila ještě o stupínek výše a okusila atmosféru světové soutěže.**

Rodačka z Kopřivnice se k milovanému sportu dostala přes školní atletické závody, na které ji doprovázel její první trenér Rostislav Kocián. V žákovském věku se zpočátku prosazovala spíše na sprinterských tratích, ale časem se z ní vyprofilovala především půlkačka. Posléze opustila mateřský oddíl a po sezoně ve vítkovickém dresu zakotvila v ACP Olymp Brno, kde ji začal trénovat Jiří Sequent. Po roce, kdy se potřebovala adaptovat na nový systém přípravy, začala její výkonnost opět stoupat. Zatím poslední skok se projevil letos v červnu při Memoriálu Josefa Odložila. Když v Praze na Julisce finišovala do cíle, automaticky jako vždy po závodech zkontrolovala pohledem časomíru. To, co však viděla, jí obrazně řečeno vyrazilo dech. „Teprve naskočilo 2:03. Nechtěla jsem věřit, že bych běžela rychleji. Při závodech mi to vůbec tak nepřišlo,“ líčí Lenka Masná své tehdejší pocity. Výsledný čas 2:02,36 znamenal vylepšení osobního maxima téměř o tři vteřiny, a také nejlepší český výkon roku, který nikdo do konce sezony nepřekonal. Marně se o to pokoušela i ona sama, byť absolvovala velké závody s kvalitním obsazením, kde se rozhodně neztratila. Na Evropském poháru ve finské Vaase doběhla čtvrtá, na šampionátu dvaadvacetiletých v Debrecínu se dokázala prolatčit mezi nejlepší osmičku. „Nastupovala jsem s devátým časem, takže jsem se svým umístěním spokojená. Škoda jen, že jsem si nedokázala podržet výkonnost z Odložilova memoriálu,“ lituje s odkazem na dlouhou sezonu, kterou zakončila republikovým titulem své kategorie a vítězstvím na mezistátním utkání s Maďarskem a Slovinskem.

Příští rok ji však čekají výzvy ještě mnohem obtížnější: halové mistrovství světa a olympijské hry. Jen se na ně dostat by bylo pro Lenku velkým úspěchem. „Chtěla bych limity alespoň atakovat,“ mluví s úctou o hranicích 2:02,80 (hala), resp. 2:01,00.

Přípravu na zimu však komplikuje fakt, že v Brně není žádná hala. „Budeme trénovat venku. Snad nebude moc tubá zima,“ doufá atletka, která už pomalu zapomněla, jaké to je závodit „pod střechou“. Poslední zkušenost má z roku 2005, následující dvě sezony vynechala kvůli zraněním, které si z části přivodila v rámci plnění svých školních povinností na fakultě sportovních studií. „Je dobré, že se při studiu pořád budu a vyzkouším si i jiné sporty než atletiku, ale na druhou stranu to s sebou nese jistý risk. V gymnastice jsem si například poranila nárt a při základech krasobruslení přetížila kolena. Vloni v prostinci jsem kvůli tomu musela na operaci,“ líčí.

Atletickou přípravu zakouší v ryze mužské společnosti. Skupinu spolu s ní tvoří např. Milan Kocourek, Jiří Doupovec, Dalibor Barták či Jan Veleba. „Myslím, že je to lepší, než kdybych byla se samými bolkami. I když bývám všude poslední, stejně mi to nedá a snažím se jim vyrovnat,“ říká, a současně odmítá, že by se cítila jakkoliv přetěžovaná. „Občas slychávám, že s trenérem moc dřeme. Já se tomu směju, protože mi to vůbec nepřijde. Spíš mám někdy pocit, že bychom si mohli ještě trochu přidat,“ říká maximalistka, která si na svých internetových stránkách [www.maria.estranky.cz](http://www.maria.estranky.cz) vyvěsila průpověďku Petra Utěkala: „Je nesmysl spokojovat se s dosaženým, mohl-li se k vyšší úrovni dostat pouhou prací.“ ■

## VÝVOJ VÝKONNOSTI

DISCIPLÍNA	'99	'00	'01	'02	'03	'04	'05	'06	'07
LETMO 60	-	-	8,20	-	-	-	6,84	6,97	6,92
LETMO 100	-	-	-	-	-	-	11,92	-	12,54
100	-	13,03	13,05	13,30	-	-	-	-	-
150	-	20,07	-	-	-	-	-	-	-
200	-	27,80	26,76	-	26,52	-	26,12	-	-
300	-	41,64	-	-	-	-	-	-	-
400	-	-	56,77	58,85	56,50	56,92	56,87	56,33	55,68
600	-	-	-	-	1:31,45	-	-	-	-
800	-	2:18,07	2:12,03	2:17,10	2:09,55	2:07,37	2:07,90	2:05,22	2:02,36
1000	3:32,6	-	-	-	-	-	-	-	-
1500	-	-	5:03,90	5:18,13	-	4:58,77	4:40,50	4:30,17	-
MILE	-	-	-	-	-	-	5:05,8	5:07	-
1700	-	5:47,40	-	-	-	-	-	-	-



# Masná



foto: Veleba

## JAK JI VIDÍ SEKČNÍ TRÉNÉR JUNIORSKÝCH BĚHŮ:

Lenka Masná je jasně rychlostní typ běžkyně, která začínala u sprintů. Po přechodu do skupiny trenéra Jiřího Sequenty, který je znám svým vytrvaleckým přístupem, se její dispozice zúročila v její letošní čas 2:02,36. Její další silnou stránkou je motivace. Všemmu dává maximum, ne-li 110 procent, a svůj život přizpůsobila sportu. Její styl závodění, kdy se nebojí rychle závody rozbíhat, dává předpoklady pro další výkonnostní růst, který by mohl vést přes zrychlení na hladké čtvrtce.

Miroslav Semerád