

Zápřah snů: Zuzka & její čtyřnohý motor

Dovolte nám představit Zuzku Vopálenskou – nadšenou sportovkyni, která se scooteringu se svými pejsky věnuje „už nějaký ten pátek“. Její vášeň a zkušenosti z tohoto netradičního sportu jsou inspirací pro všechny, kdo hledají novou formu společného pohybu. A my máme tu čest proniknout do tajů jejího světa.

Zuzko, mohla by ses nám krátce představit a říct, jak ses dostala ke scooteringu?

Jmenuji se Zuzana Vopálenská, bydlím v Praze a aktuálně mám tři ridgebacky. Vystudovala jsem Fakultu tělesné výchovy a sportu na Karlově Univerzitě a pak jsem si dodělala učitelství prvního stupně, u kterého jsem do teď. O scooteringu jsem začala uvažovat poté, co mi jej trenér zařadil do tréninků canicrossu s mojí fenkou. Tenhle sport mě oslovil a začal nás obě bavit.

Jak dlouho se scooteringu věnuješ? Byl to hned od začátku tvůj cíl, nebo jsi začala s jiným typem sportu se psy?

V rámci tréninků se mu věnuji asi pět let, ale závody jezdím až s Bucky (máme za sebou dvě sezóny).

Sportuješ právě s RR. Je tohle naše plemeno vhodné pro tento sport?

Myslím si, že je to baví a mají to rádi (hlavně závody, kde je úplně jiná atmosféra a jiní psi). Ale určitě to není plemeno, které by každé závody bylo na bedně a vyhrávalo. K musherským sportům byla určitě vyšlechtěna jiná plemena – např. evropský saňový pes.

Chápu, tak RR se ale v tomto sportu rozhodně neztratil. Bylo lehké trénovat nebo to chtělo čas?

Určitě každý sport potřebuje čas a začít postupně. Záleží také hodně o přístupu a metodě, kterou člověk zvolí. Tím, že děláme více druhů sportů a moji RR mají sportovní vyžití dost pestré, řekla bych, že je to baví a na tréninky se těší.

Co tě baví na spolupráci se psem během tréninků a závodů navíc?

Miluju, když se na ně můžu spolehnout a ta oddanost. Prostě to, že v tom jsme spolu a nenechají mě v tom! Třeba překážkové závody, kde už jsme s Ravenkou tak sehrané, že už jí nemusím vůbec dávat příkazy, mluvit na ni – ona už to zvládá sama,

Scootering je dynamický sport, který spojuje radost z jízdy, aktivitu a pevné pouto mezi člověkem a psem. Tento sport nabízí skvělou kombinaci fyzické zdatnosti, koordinace a zábavy a navíc posiluje vzájemnou důvěru a komunikaci mezi oběma.



Zuzana Vopálenská a její smečka
www.zujezdanadlesy.cz

dokáže mě beze slov číst – to je prostě dokonalé. Buckyho musím víc hlídat, ale zraje jako víno.

Zuzi, jak vypadá váš běžný tréninkový den? Kolik času věnujete přípravě?

Připravuji se nejvíc já a sice během (psi běhají se mnou na volno). Pokud ten den zapřáhám, běhám sama. Běžekých tréninků mám aspoň pět týdně. Tento rok chci určitě přidat posilovnu a cílený strečink a více se zaměřit na pravidelné tréninky v zápřahu.

Jaké vybavení na scootering používáš? Máš nějaké tipy, hlavně pro začátečníky, co je dobré mít?

Určitě je dobré mít tykadlo (bike anténu) - montuje se na představec pod řídítka a brání zamotání vodítka do kola. Dále odpružené vodítko dlouhé v nataženém stavu 2,8 m (na canicross je pouze 2 m) a dlouhý postroj na psa. Já určitě nejedu bez čirých brýlí (pokud je nějaký nebezpečný terén, od zadních tlapek to lítá až do obličeje) a rukavic.

Musí být pes speciálně trénovaný, než začne scootering? Jaké jsou nejdůležitější povely, které musí zvládat?

U mě to probíhá tak, že než jej jakkoliv zapřáhnu (to je do RTG), učím stranové povely. Já používám „levá“, „pravá“, „vpřed“. Ale učím i další povely jako např. „pomalu“ a „stop“. Pokud toto pes zvládne, pak je asi jedno, jestli zapřáhnete sebe nebo koloběžku. Ale pozor, kolo určitě ještě ne.



Závody Libová jízda - scootering - Zuzka a Bucky

Je dost rychlé a mohli bychom psa zničit. Za kolo bych zapřáhala až zkušeného psa.

Jak udržuješ psa v kondici mimo samotné tréninky? Má speciální režim krmení nebo doplňky stravy?

Tím, že neděláme pouze scootering, mají program celkem bohatý – agility, plavání, fitness. Ale mimo tréninky může pes úplně v pohodě nedělat nic a odpočívat. Dokonce profesionální závodníci toto doporučují. Trénují třeba dva dny a pak mu dají den úplného klidu.

Speciálně nekrmím. Vše přizpůsobuji aktuálnímu stavu psa. Pokud vidím, že hubne, přidávám mu v době závodů maso. Jinak zůstáváme na granulích. Samozřejmě před každým tréninkem zavodřu-

ji a po závodech dávám i regenerační nápoj a deku a psa vychodím a protáhnou.

Účastníte se závodů? Pokud ano, jaké jsou vaše největší úspěchy nebo oblíbené závody?

Oblíbené mám spíš tratě. Nějakou mám radši a na nějakou se vysloveně netěším. Ale protože pro hobby závodníky je těch závodů méně, snažím se jet téměř na každý možný. S Ravenkou miluju „Gladiator Race“, kde jsme tento rok vše vyhrály a dvakrát byly druhé. Také nevynechám mistrovství ČR v canicrossu, kde byla Ravenka druhá a Bucky čtvrtý. To byl asi pro mě jeden z nejtěžších, ale i nejúžasnějších víkendů. V sobotu jsem běžela jak s Ravenkou, tak asi po hodině i s Buckym. A druhý den jsem jela na kole s Ravenkou a koloběžku

s Buckym. Byla jsem v sobotu první a čtvrtá a v neděli pak dvakrát první.

Tak to moc a moc gratulujeme. Zuzko, měla jsi někdy nepříjemnou situaci, která vás během scooteringu zaskočila? Jak jsi ji zvládla?

Jednou mě Bucky hned po startu v zatáčce katapultoval z koloběžky, držela jsem se zuby nehty řídítek a běžela vedle a snažila se naskočit. To jsem se tedy opravdu bála, abych mu neublížila. Ale naštěstí jsem naskočila a v pořádku dojela do cíle. Startujeme pro mě neskutečnou rychlostí (okolo 40 km/h), tak jsem vždy ráda, když je závod plynulý a nejlépe trochu do kopce.

Zuzi, co tě motivuje pokračovat v tomto sportu dál? Máš nějaké dlouhodobé cíle, kterých chcete dosáhnout?

Mám hrozně ráda nějaký režim, a když vím, že něco musím. Proto mám i trenéra, který mi se vším pomáhá. Víím, že ten den mám trénink a jaký, a podle toho celý den přizpůsobím.

Motivací mi jsou ty zážitky, po každých závodech se usmívám jako sluníčko, ty endorfiny jsou zázrak. Na FTVS jsme se učili, že existuje závislost na endorfinech, tak jsem možná závislák.

V mém věku už mám cíl jen být zdravá a moci závodit a užívat si to jako doposud. A když to občas cinkne, tak je to pro mě jen třešnička na dortu. Jsem neskutečně vděčná za každý den, kdy můžu trénovat, připravovat se, plánovat a závodit hlavně s tou báječnou partou ridgebacků, kterou mám. Nesmírně si toho cením a neberu to jako samozřejmost.

A na konec poslední otázka: Co bys poradila někomu, kdo by chtěl začít se scooteringem se psem, ale neví jak na to?

Určitě začít stranovými povely a naučit psa tahat v postroji. Ideálně mít kamaráda, který pomůže a poradí. Začínat na prostorné, měkké cestě mírně do kopce. Začínat pouze kratší úseky a přestat vždy, když pes ještě krásně táhne a postupně prodlužovat.

Zuzi, děkuji ti za báječný rozhovor. Jsem nesmírně ráda, že ses s námi podělila o své zkušenosti a otevřela nám „svůj svět“. Jsí pro mnohé z nás velkou inspirací. My ti přejeme, ať vám to společně běhá a jezdí ještě hodně a hodně let.

• Zuzana Vopálenská, Jana Moravcová



Závody Libová jízda - bikejöring - Zuzka a Raven