

# Přebor Prahy 6

## Závody Nordic walking na 800 m

V Klubu seniorů Řepy se každoročně, připravuje k hromadné účasti na sportovním dni seniorů, který tentokrát proběhne 31.5.2017 na stadionu Kotlářka v Praze 6.

Napadlo nás, že v jedné ze stěžejních disciplín nenecháme nic náhodě a pokusíme se s předstihem poměřit síly s konkurencí. S pomocí při popularizaci jednoduché soutěže nám vyšly vstříc MČ Prahy 6, Prahy 17 a Centrum zdravotních a sociálních služeb Prahy 17. Vypsali jsme přípravný, otevřený závod na 800 v chůzi s hůlkami. Disciplína má své přesnější označení Nordic walking a my se jí snažíme přiblížit tak, abychom nebyli při ostrých závodech diskvalifikováni za nesprávný způsob chůze.

Prostřednictvím MČ Prahy 6 jsme oslovili pravděpodobné soupeře z této městské části, abychom posoudili, jaké budeme mít šance na umístění při velké celopražské akci. Vzhledem k tomu, že denně potkáváme mnohé naše vrstevníky využívající ke sportovní chůzi hůlky k tomu určené, očekávali jsme i větší účast seniorů z Řep.

Přes mnohočetnou publikaci akce se závodů kromě pěti příchozích zúčastnili především členové našeho klubu. Závodilo celkem 26 seniorů a seniorek, z toho 12 žen a 13 mužů ve třech věkových kategoriích.

Za našeho pomyslného hlavního sponzora při této akci s povděkem považujeme pana Tomáše Slavatu, který ve stejném termínu organizoval Sedmý ročník Dětské atletické ligy, a tak nám mohl bez větších problémů zajistit materiální podmínky i ozvučení soutěže. Hlavně nám však změřil naše výkony. Díky vedení ZŠ Jana Wericha jsme našli útočiště na jejich atletické dráze. Tímto patří poděkování také ředitelce školy paní Zuzaně Martinovské, která nám jako čestný host předala medaile a diplomy.

Podstatný byl závod samotný. Všichni soutěžící zvládli téměř předpisově styl chůze s hůlkami. Někteří před rychlostí upřednostnili důstojnost a pohledný styl. Všichni se ale snažili o co nejkvalitnější výsledky. Závodníci našeho klubu zjistili, že se mohou poměřovat s vrstevníky jiných částí Prahy a při přiměřeném tréninku určitě na Kotlářce nepropadnou. Ti nejstarší dokonce mohou ve své kategorii uvažovat o stupních nejvyšších. Výkony byly napříč věkovými kategoriemi srovnatelné. Časy 5:24 – 8:15 minut na 800 m pro seniorky a seniory ve věku mezi 63–82 lety jsou velice dobré. Mnohý z našich podstatně mladších spoluobčanů by určitě měl problém je dosáhnout.

Účastníci ocenili sportovní i společenské setkání jinde než v klubových místnostech. Pokud se rozhodneme podobnou akci zorganizovat příště, věříme, že nezůstane mimo pozornost širší veřejnosti, kterou bychom vítali jak na startu, tak i kolem trati pro inspiraci možného využití volného času seniorů.

Díky sloučení akce s Dětskou atletickou ligou jsme měli příležitost ukázat i nejmladší řepské generaci, že my ve věku nad 63 let zdaleka nepatříme do starého železa.













