

Maratón v Ománu

posílám krátké info, jak jsem si zaběhnul maratón v Mascatu a malém u toho chcípnul.

Start v 6:30 přeloženo na místní poměry znamená tak nějak 6:37-6:38, jak to vyjde 😊.

Bohužel vyšlo slunce:-(. Prvních asi 40 minut se běželo ještě dobře, když teda pominu fakt, že jsme běželi přes golfové hřiště, písek, úzkými kroucenými chodníčky a tak. Na 5 km nás to vyvedlo na silnici, na které jsme s výjimkou jednoho staveniště mezi 11 a 12 km už zůstali.

Do toho 10 km se běželo i dobře, tempo pěkné mezi 5:18-5:25, nikam se nehnat. Za staveništěm nás to vyvedlo z Maskatu na silnici na Seeb a opřelo se do nás slunce. Protože místní tu mají nyní zimu, běželi někteří v dlouhých černých trikách, někteří měli i dlouhé elastáky a jeden expert dokonce dlouhé triko a přes něj triko s krátkým rukávem (a jestli se neuvařil, bezi doted' 😊).

Co se týká občerstvovaček, tak žádná hitparáda....je to dělané asi na místní poměry, takže refreshment point po 5 km. V tom vedru (pres 30 st., vlhkost asi 85%) to byla pro obyčejné (bílé) smrtelníky vzdálenost skoro vražedná. Občerstvovačky zřejmě chystala Al Kaida 😊. I v té Praze to při 20 stupních dají po 2,5 km. Na občerstvovačkách voda, ionťák (ukrutně sladký), gely, banány, pomeranče. Voda v piko kalíšcích, takže každý potřeboval tak 6-7 kalíšku na každé zastávce, ve frašce byl jen sladký ionťák.

Půlmaratónce od nás oddělili někde za 15 km a otočili zpět, my pokračovali po pobřežní promenádě dál na sever. Konečně se to na 21 km otáčelo a my si tak mohli užít sluníčka pěkně zepředu do obličeje 😊.

Na 28 km jsem poprvé delší dobu sel a usoudil, že limit 4 hodiny je stejná kategorie jako Star Wars, tedy v oblasti scifi. To už se po trati taky docela rozjezdily sanitky, mezi 25 a 38 km jsem jich napočítal 5 (na to, že nás maratón běželo 292 plus ještě asi stovka lidí štafetu, ale ty to snad dávali bez nehody, to je slušné skoré). Mezi 30 a 40 km by se to dalo shrnout jako vedro, vedro a zkurveny vedro. 4 proude silnice, na jízdu moc pěkné, na běh moc ne, nás opalovaly i ze spodu. Tady už hodně lidí šlo. Z těchto 10 km jenom par bodu:

- na 32 km dávám svoji vodu nějakému týpkovi, co vypadá, že do občerstvovačky na 35 km nevydrží

- mezi 32 a 35 km se bezi poděl plotu Mascat International Airport, aspoň na chvíli si představuju, že sedím v klimatizované kabině některého ze startujících a přistávajících letadel. Nechcípát vedrem, ten pohled na letadla bych snad i ocenil

- 34 km - věnuju Japoncovi a Srbovi svůj hořík, už jsou v křeči. Prý jestli ho nebudu potřebovat. Říkám, že se když tak doplazím jak Meresjev, ale mají mezery ve vzdělání a neocení ruskou klasiku 😊

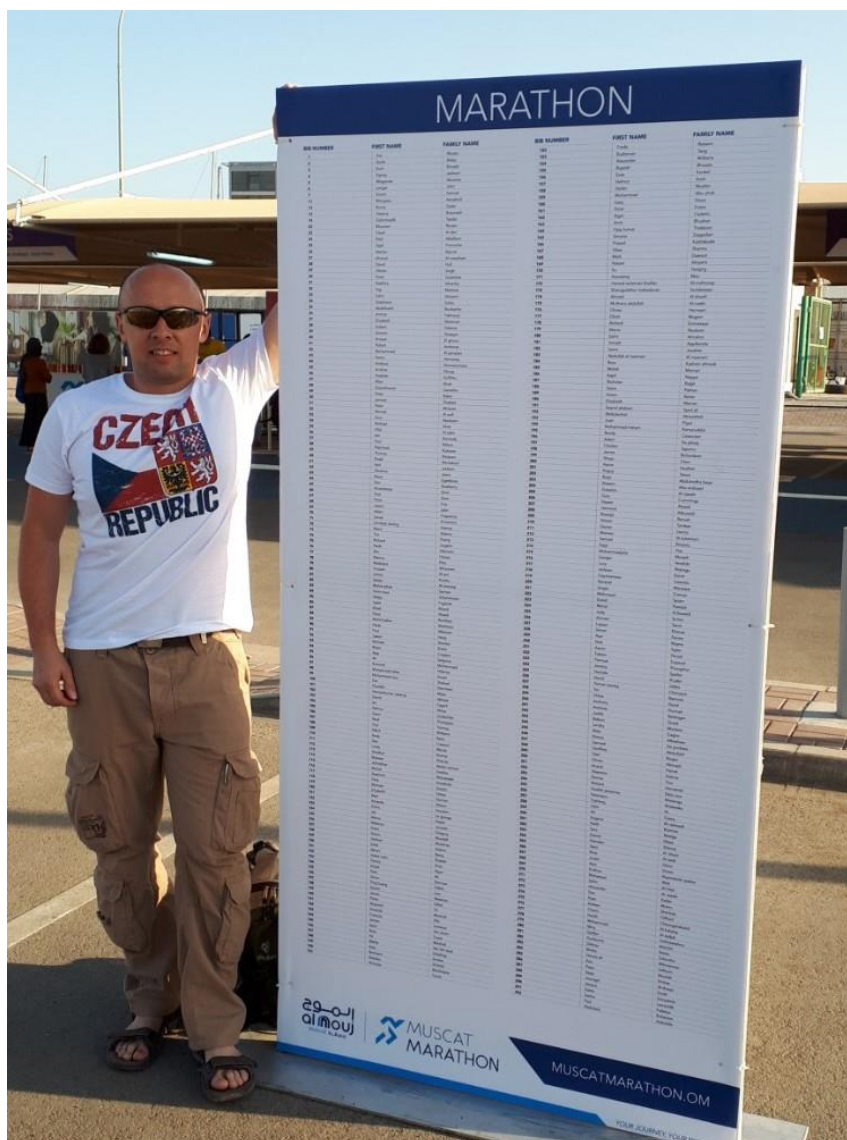
- 35 km - pod barel s vodou bych si snad i lehnul. Miluju hlášky, že už je to jen 7 km. Protože Alláh všechno vidí, snažím se moc nenadávat. Zkusil jsem na občerstvovačce, jestli nemají pivo (blba otázka, opět kategorie Star Wars), s vaznou tváří mi odpovídají, že bohužel ne. To bych asi cumel, kdyby ho vytáhnul z chladicí tašky 🍺

- 38 km - týpek na zemi, lýtka zkroucena jak jogín v transu. Mezitím už u něj zastavil jiný běžec a zkouší mu protáhnout lýtko. Věnuju mu chladivý gel, co mam s sebou od Emspomy. Je to spis taková psychologická pomoc, ale nic jiného, kromě svých vysušených ledvin, už nemam. Už prý volali o odvoz, tak ok, běžím (rozuměj, šourám podrážkami o asfalt v tempu asi 6:05) dal

- 40 km - asi mam vidiny a přijde mi, že značka 40 km přede mnou schválně utíká. No konečně zase občerstvovačka, zcela regulérně zvažuju, z poslední 2 km už jen dojdou. Vedrem se roztekly snad i Garminy.

Nakonec jsem se šouravým během doplžil do cíle okolo 4:28, oficiální výsledky ještě nepřišly. V cíli do mě zahučel asi půl litru vody a stejné množství skončilo na hlavě. Tak ještě vyzvednout batoh, mam tam schovaný půl litru piva, sice kvůli Alláhovi nealka, ale aspoň něco 😊🙏.

Takže asi tak ve zkratce, jak se v zimě běhá v Omanu 😊. Vřele doporučuji hlavně tem, co mají rádi teplo 😊.



Jan Kejšar