

Radovan Souček

Tajemný muž
v pozadí

Míra: 167 cm
Váha: 60 kg
Věk: 29 let

Narodil se a žije v Brně. Bydlí sám v garsonce. Náplní jeho života se stalo lezení, hlavně cestování s tím spojené a trénování se svými přáteli. Vloni se mu dvakrát podařilo proniknout do druhé desítky Světového poháru v boulderingu (14. místo v Roveretu) a letos vyhrát „mistrovství planety“ v Třinci (poprvé v r. 2000) i v Šumperku. Svůj volný čas rád tráví se svou mladou přítelkyní.

Co tě přivedlo k lezení?

Kvalitní kolektiv děcek, turistický kroužek, který pozvolna přerostl v lezení na skalách. Zpočátku se jednou za tři měsíce vyjelo na skály na Baby, Chřiby nebo Vysočinu. Měli jsme „naděláno do gati“ a byli rádi, že jsme se někam nahoru vyškrábali. To mi bylo osm nebo devět let. Kolem roku 1988, v patnácti letech, se to zlomilo tak, že jsme začali hlavně lézt na skalách – na Vysočině – a šlo už o výkon, o to přelézt cestu. Přelézt bez odsednutí, držení karabin, začalo jít o to, že jsou nějaké lehké a těžké cesty. I když jsme lezli cesty pět a šest. Pár lidí vykristalizovalo v oddílu a začalo hledat na skalách problém v obtížnosti lezení a překonávání hranic. Hecovali jsme se, kdo přeleze těžší cestu.

Mýtus Hradní spára

V šestnácti letech jsem začal lézt víc v Moravském krasu – na tom vyhlášeném moravským vápně. Lezl jsem sedmičky, na podzim osmičky. Na jaře 1990 jsem začal na těch osmičkách, později přešel nějaké devítky jako „Rukama to není“, „Sloní pilíř“ atd. a v létě nejprve PEDRŮV SMRK 9+, a poté padla mýtická HRADNÍ SPÁRA 10-. Bylo to jenom tři hodiny po Pavlovi Štulpovi, který mi hodně pomohl v výkonostním lezení. Pak už nebylo kam zvyšovat laťku v Moravském krasu, proto jsme sezónu končili v Čarodějově učni (v té době ještě nebyl vylezený, pozn. autor). Ale nedolezli jsme to. Pak už jsem se začal těšit na zahraniční výjezdy.

Hradní spára byla pro mě přelomová cesta. V roce 1989 jsem s otevřenou pusou čuměl, jak se v ní snažili Píłka, potom Bobuláč a Náhlík a ani ve snu mě nenapadlo, že bych se v tom mohl o rok později vůbec hýbat.

Měl jsi na to nějaký speciální trénink?

Tomuhle výkonu předcházela první pokus o nějaký trénink, jestli se to tak dá vůbec nazvat. Surrové shybování bez nějakého systému a tak.

Jsi přírodní talent?

Myslím, že ne. Já jsem dělal judo a to mi dalo brutální sílu. Možná teď tak vypadám, že jsem



se vytrénoval v lezení, ale já jsem v devíti desíti letech dřel na úplně jiný cíl. A teď, když bouldruji, mám základ a už nemám problémy s tím, že bych měl třeba slabé břicho nebo záda.

Ghettoblaster 10/10+, 1992

Další zlomová cesta. To byla éra, kdy mě bavilo nacvičovat a přelézat těžké cesty. Na to už sezónu předtím proběhl systematický trénink: Cvičení prstů rovná se campus board, hrubá síla rovná se shyby a gymnastické cviky, jako váhy, výmyky, stojky na rukou, kliky a tak dále. Ghettoblaster mě motivoval tím, že ho udělal velký Wolfgang. (Güllich, pozn. autor).

A dál?

Pak už mě přestaly bavit ty RP přeazy. Bavilo mě vyřešit problém, dělat kroky, pohybovat se v cestě třeba TR nebo AF a jít dál. Když jsem to vyřešil, tak už jsem chtěl jít na jinou cestu. Na přelezení mně chyběla ta správná motivace, a proto jsem na to psychicky neměl. Lezl jsem třeba „Tabou“, „Vampír“, „Agincourt“ (8c), „Maginot line“. Pro mě ta osmběčka, osmcéčka byla prostředkem naplnění, a teď jsem rád, že lezu a mohu lézt i bez nich, bez výkonu tohoto druhu.

Kde hledáš motivaci?

Motivaci mám, nehledám ji. Když jsem začal před pěti lety lézt s Věrou, tak jsem se s ní dostal k závodům, kterými jsem dřív opovrhoval. Ona mi pomohla poznat závody i z druhé stránky, ačkoli osobní ambice na nějaké extra výsledky nemám. Na to já mám jiné lidi, aby uspokojovali moje ambice. Mě to baví tak, jak je to teď. Účastním se toho koloběhu a tím se s nimi i vezu. Jedu s lidmi na závody, trénuji s nimi, a když jsem na závodech, tak i závodím.

Ani do Třince či Šumperku jsi nejel s tím, že chceš vyhrát?

Ne. Teď už vůbec ne. Mě baví vyřešit problém, každého to baví. Baví mě vyřešit ho nejlíp, co možná nejrychleji. Jinak ani nejsem závodník.

A Věra Kotasová?

Ona je. Věru baví závody. Chtěla vždycky závodit. Jestli chceš v lezení něco dokázat, tak nemají moc smysl nějaké skalní výstupy, protože tam se to nedá objektivně hodnotit, ale závody.

Jak ses dostal k boulderingu?

Moje výkonostní lezení začalo na Stránské skále v Brně a to je vlastně bouldering. Tam jsme trávili desítky hodin a ohýbali si prsty naruby na malých lištách.

Příprava na bouldrové závody?

Speciální není pro mě extra významná. Připravuji se společně s Věrou a Mrazíkem a tak mi to vyhovuje. Podřizují se tedy jejich cílům. A pro mě přichází v úvahu především příprava hlavou. To je to největší, co potřebuji, abych podal maximální výkon.

...Hraje Pink Floyd, Umma Gumma, je přes půlnoc...

Pink Floyd mám rád a mám je prakticky všechny. To je období těch Ghettoblasterů a já jsem rád, že se to vrací. Nepotřebuji ke svému uspokojení jen výkon. Často poslouchám hudbu a hlavně nahlas. Občas čtu i literaturu.

A další zájmy?

Občasné ježdění na horském kole, mírné pokluskávání. V zimě běžky, snowboard.

Trénink

Posledních pět let trénuji s Věrou a dva roky s Mrázou, takže trénink podřizují jim. Teď už trénuji pro ně. Tak, aby jim to vyhovovalo a já se s tím vezu a zpětně to vyhovuje mně. Ale to je na celé kapitoly. Důležitý je TVRDÝ KVALITNÍ, SUROVÝ TRÉNINK. A jeho základem je tréninková morálka. Neustálé teoretické rozebírání (nic proti tomu) je o tom věřit svému tréninku a naplno ho odvést a věřit, že tak je to dobré. A to je v hlavě, to je příprava hlavou.

Tvoje životospráva a doplňková výživa?

Žádné velké zkušenosti nemám. Základem jsou gainery, sacharidy a bílkoviny – koktejly, BCAA (větvené aminokyseliny). V průběhu výkonu cukry ve formě gelů a carbosnacky. Ale to se týká jen závodů, občas experimentuji s kreatinem. Ale nejdůležitější je zase hlava, regenerace hlavou. Nejím žádné maso, jinak všechno. Jím makové koláče, dívám se i na zákusky občas ve výloze cukrárny a za zásluhy si někdy nějaký koupím. Vyhýbám se v podstatě všemu smaženému, tučnému a kalorickému. Základem mé stravy jsou těstoviny a rýže. Nejráději a nejčastěji jím těstoviny s eidamem a s obyčejným hnusným, konzervovaným kečupem s „ěčkama“. Italové by mě za to zabili. A když je svátek, tak ještě kukuřici do toho. Miluji veškerou zeleninu, ovoce. Cibuli, česnek, celer, řepu, prostě všechno. Nemám nic oblíbenějšího. Když jím řepu, tak v ní nebudu hledat rajský jablíčko, ale jím řepu a chutná mi.

Co si na lezení nejvíce vážíš?

Asi si nejvíce vážím toho, že mně to pomohlo poznat sebe sama a spoustu různých lidí, z nichž si můžu vybrat ty, se kterými chci být.

Ptal se: Rostislav Tomanec