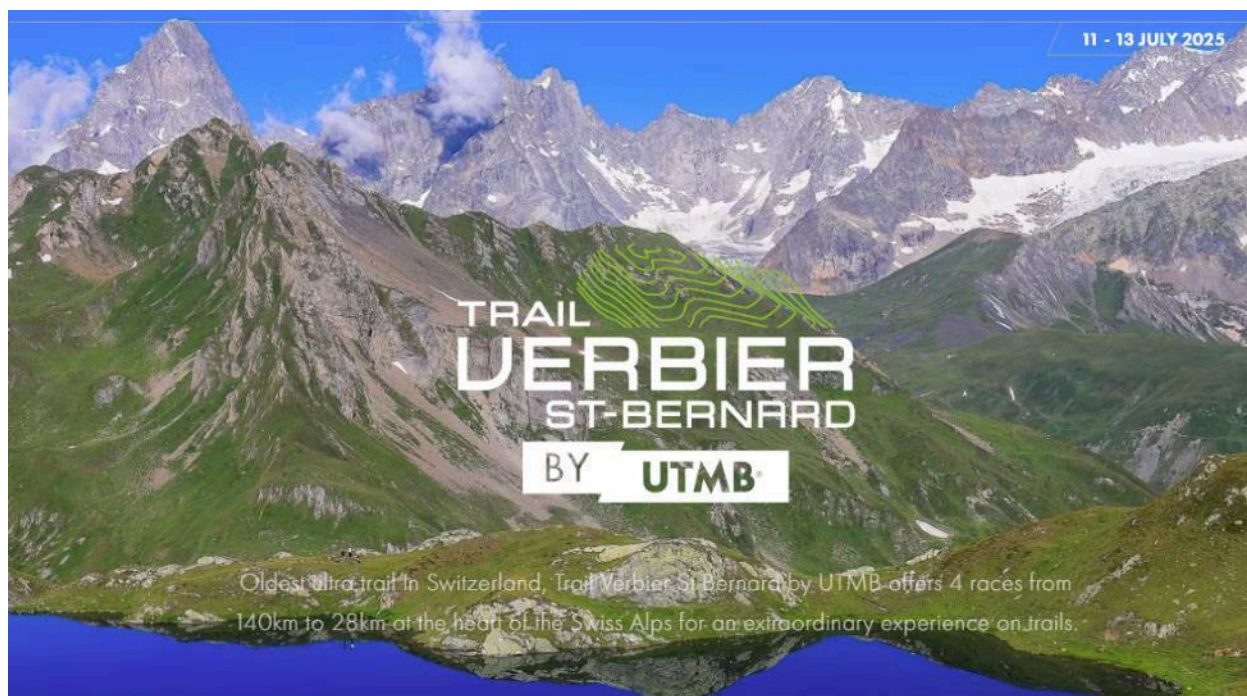
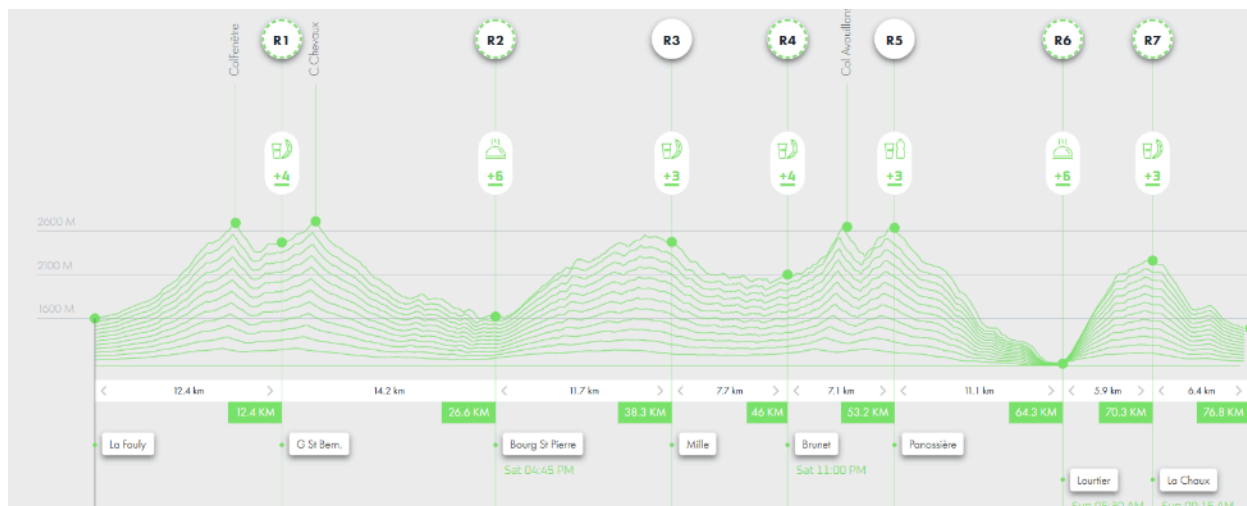




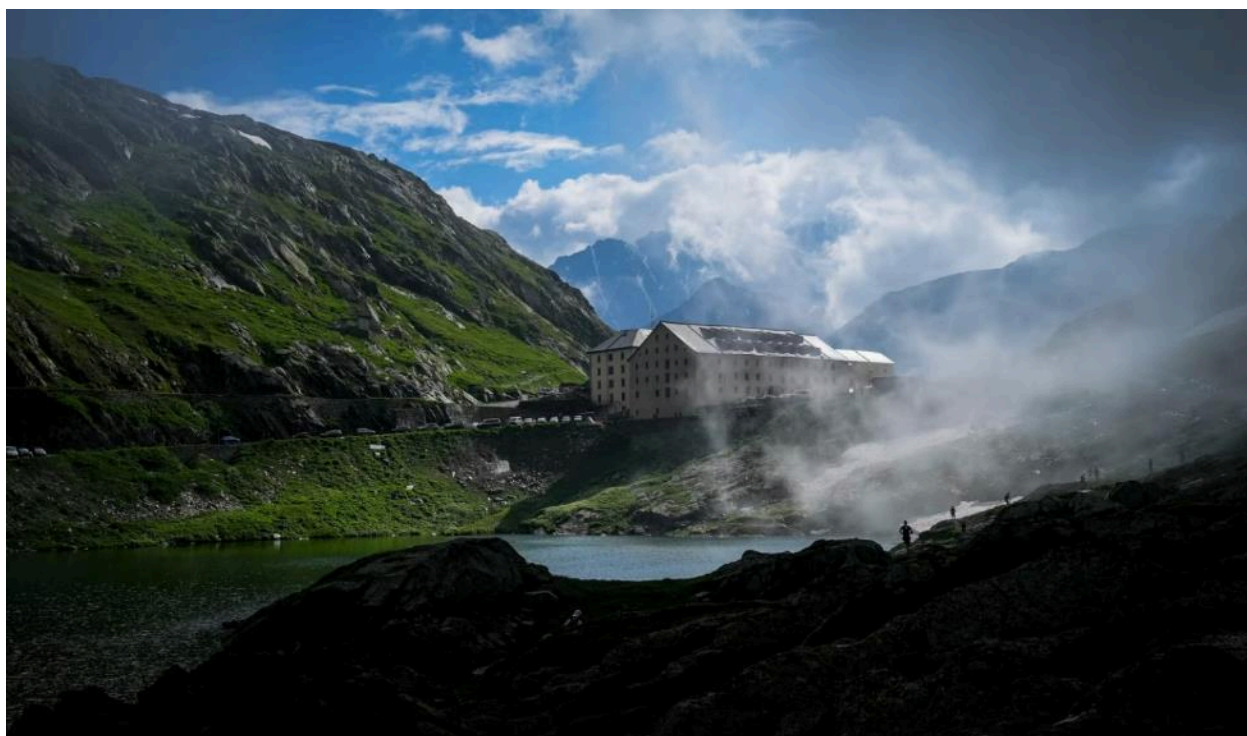
Preteky Trail Verbier St-Bernard ma pred niekoľkými rokmi zaujali. Bežia sa vo švajčiarskych Alpách prvej triedy a podujatie je relatívne menej známe a menej vychytené v porovnaní s UTMB, Eigerom alebo Lavaredom, za ktorými sa všetci bláznia a sú tam lotérie, extrémne vysoké štartovné a je ťažké sa tam dostať. Samozrejme, Verbier je tiež masová UTMB akcia, veď tento rok bolo prihlásených viac ako 5 tisíc ľudí na všetky trate a asi 1600 na „moju“ 76 km trať X-transversee, ale nebol problém sa v predstihu prihlásiť. Mám veľmi rád Alpy a alpské preteky, za normálnych okolností mi stačí ísť na preteky do Rakúska, čo aj robievam, je to bližšie

a lacnejšie. Preteky vo Verbier ostávali pre mňa tajným snom a napadlo ma, že by boli pre mňa výborným darčekom k okrúhlym narodeninám, tak som sa prihlásil, naplánoval cestu aj s rodinou, zároveň to spojíme aj s dovolenkou pri mori. Ubytovanie vo Verbier v čase pretekov bolo šialene drahé, že som aj rozmýšľal, či to vôbec stojí za to, ale potom sa mi podarilo nájsť ubytovanie za rozumnú cenu v neďalekom Bourg St Pierre, kadiaľ zhodou okolností vedie aj trasa pretekov, čo je skvelé, aspoň ma môže prísť rodina povzbudzovať.



Na miesto sme pricestovali 2 dni vopred, deň pred pretekom sme išli na prezentáciu vyzdvihnúť si štartovné balíčky (aj deti bežali detské preteky) a bol som trochu sklamaný, že sme nedostali tričko, čo na takýchto akciách bežne dávajú. Opýtal som sa na to a jedna dobrovoľníčka povedala len tak vyhýbavo, že možno v cieľi.. Potom som si všimol na štartovných číslach písmená S,M,L, zadávali sme to pri prihlasovaní, tak predsa asi niečo bude, nechám sa prekvapiť.

Štart mojej trate X-Traversée je v sobotu o 8:00 v La Fouly, ktoré je známe z UTMB. Išiel som ráno autom do Orsières (tiež známe z UTMB) a odtiaľ nás vozili autobusy na štart. V La Fouly sa pripájame na trať stomíľovky, ktorá štartovala v piatok večer vo Verbier. Štartoval som z prvej vlny hneď o ôsmej, čo je fajn, chcel by som stihnúť čo najviac za svetla. Počasie bolo výborné, ráno trochu čerstvo, poobede v nižších polohách trochu teplo, ale celkovo skvelé. Trať UTMB zbieha do La Fouly od juhu z Gran Col Ferret, ale my sme sa vydali viac na juhovýchod na priesmyk Grand St-Bernard, ktorý je preslávený kláštorom a hospicom, kde chovali a vyšľachtili Bernardínov, ktorí zachraňovali ľudí spod lavín a nosili súdok rumu na krku. Je to jedna z ikon Švajčiarska a zároveň aj jedným z highlightov týchto pretekov, veď to majú aj v názve.



Ale poďme k behu. Od štartu sme museli vystúpať 1100 výškových metrov na Col Fenêtre s peknými jazerami v okolí. Na začiatku sa mi bežalo ku podivu dosť ťažko, zrejme som nebol veľmi rozbehaný a tiež vesta so všetkou výbavou mi pripadala dosť ťažká a cítil som sa trochu nesvoj. Bežím pomaličky, opatrne a dúfam, že sa neskôr na zjazde a rovinkách rozbehnem a dostanem sa do tempa a do pohody. Tak aj bolo. Najprv to bola čistá šľapačka, kde sme išli ako húsky, pole bežcov sa len pomaly rozťahovalo, keďže sme boli homogénna spoločnosť z prvej vlny. Potom nasledoval zjazd, kde som sa rozbehol a nejakých bežcov popredbiehal. Za prvou občerstvovačkou na Gd. St. Bernard sme znovu stúpali asi 300 výškových metrov na najvyšší bod, Col de Chevaux (vyše 2700 m.n.m) odkiaľ nasledoval dlhý zjazd a tiež rovinaté a mierne zvlnené pasáže až „ku nám“ do Bourg St Pierre. Tu som sa pekne rozbehol, dosť bežcov som popredbiehal aj na strmom zjazde aj na mierne zvlnených častiach, kde som plynule, v tempe bežal aj mierne stúpania, kde viacerí prechádzali do chôdze. Tesne po dvanástej som dorazil na občerstvovačku v Bourg St Pierre, kde ma čakala rodina. Podľa inštrukcii by tu malo byť aj teplé jedlo, zrejme cestoviny, na ktoré som sa tešil. Vždy mi dobre padne aj prirodzené jedlo pomedzi všetky tie veci. Nasledovalo sklamanie a ďalšia „perla“ v podaní UTMB. Prvú „perlu“ som zažil na Tenerife, kde prvé občerstvovačky boli len tekutiny, voda ionťák a kola a žiadne tuhé jedlo. Prvé jedlo bolo až na 44. km, ale dovtedy mi došli vlastné zásoby aj energia a do cieľa som sa len dovliekol v biednom čase. Potom som si v popise všimol, že pri prvých občerstvovačkách je len symbol pohára, a až pri neskorších aj symbol banánu. Čo už, moja chyba, mal som pozorne čítať propozície, pohár naozaj znamená že bude len voda. Riadna občerstvovačka bola až keď sa spojili tri trate, veď pre 500 bežcov sa predsa neoplatí rozkladať občerstvovačku. Druhá perla, tentoraz na tomto preteku, spočívala v tom, že

cestoviny síce podávali, ale nemali tanieri ani príbory, mali rovnakú teóriu ako pri pití, kde majú mať všetci svoj skladací pohár. Pozeral som si video jedného blogera z pred dvoch rokov a na tejto občerstvovačke normálne jedli cestoviny. Čo už, videl som dvoch chudákov, jeden si nechal nasypať do skladacieho pohára, druhý do veľkej fľaše a z toho sa snažili tie cestoviny vypiť. Nakoniec som si dal pohár bujónu, ktorý sa dal načapovať a krajec chleba so salámou, teda niečo, čo sa ponáša na prirodzené jedlo. Zobral som si to von, aby som mohol byť pri manželke a deťoch počas jedenia.



Nasleduje úsek takmer stále do kopca, na 12 km viac ako výškový kilometer. Je čas obeda, peče slnko a na mňa ide útlm. Už to poznám, neznamená to, že už nevládzem, len ma poobede vždy berie do spania, aj v práci aj doma, aj počas behu. Povedal som si, že radšej to nebudem siliť a neskôr podvečer, keď bude chladnejšie sa preberiem a využijem ušetrené sily. Aj tak bolo,

podľa štatistík bol toto pre mňa jediný úsek, kde som sa prepadol v celkovom poradí, ostatné úseky som sa posúval vpred. Je pravda, že ľudia aj postupne vzdávali a posun v poradí nemusel znamenať, že som toľko ľudí naozaj predbehol. Trošku teda zvolňujem a snažím sa vychutnať si výhľady. Rozpoznávam ľadovec Orny nad Champex-Lac, kam viedla stomíľová trať. Postupne som dorazil na občerstvovačku na chate Mille, ktorá je v polovici trate (38 km/2700m+) za viac ako 6 a pol hodiny. Oslovuje ma tu jeden Čech, spoznal ma podľa slovenskej vlajky na čísle. Ďalší úsek na chatu Brunet sa mi bežal veľmi dobre, boli sme už vo vyššej nadmorskej výške, trochu zašlo slnko a pofukoval vetrík. Predbiehal som bežcov aj na zjazdoch, aj na rovinatých, mierne zvlnených úsekoch, kde ostatní prechádzali do chôdze. Sú tu aj krásne výhľady na Verbier a záverečnú legendárnu stenu (1200m+ na 6 km). Verbier bolo pôvodne malá dedinka. Potom objavili jej potenciál pre lyžovanie, keďže má unikátnu polohu uprostred veľkého trávnatého kotla, a vyrástlo z nej obrovské stredisko. Pred sebou postupne zbadám chatu Brunet (46 km), ku ktorej treba mierne vystúpať. Keď som zastavil na občerstvovačke, zrazu som pocítil mrákoty, dochádzala mi energia. Snažil som sa niečo zjesť a vypiť, aj keď mi to veľmi nechutilo. Pohol som sa vpred pešo, s pohárom a jedlom v ruke a dúfam, že cukor čoskoro dorazí. Postupne sa to zlepšilo, nasledovalo stúpanie asi 700 m+ do priesmyku Avouillons, kde som sa pomaličky vyšťveral. Za priesmykom sa nachádza ďalší z highlightov preteku, ľadovec Corbassiere. Severná stena vrcholu Gd Combin de Grafeniere (4314 m.n.m) je veľký ľadovec, ktorého jazyk sa tiahne hlbšie do doliny, vytvárajúc krásnu ľadovcovú morénu.



Z priesmyku je dosť strmý a technický zjazd, celkom sa rozbieham a niekoľkých aj predbehnem. Dolu dobiehame k legendárnemu vysutému mostu Passarelle de Corbassiere ponad jazyk ľadovca. Som na tom celkom dobre a snažím sa vychutnať si tieto chvíle. Po moste ide naraz viac bežcov, celkom to húpe, občas sa aj zakýva do strán. Je tu citeľne chladnejšie a pofukuje studenší vietor.



Za mostom nasleduje zachádzka hore pozdĺž ľadovca ku chate Pannosiére, kde máme občerstvovačku (53 km/3990m+). Dorazil som sem tesne pred šiestou. Čaká nás dlhý zjazd dolu do doliny, do dediny Lourtier, čo je zároveň najnižší bod pretekov (1082 m.n.m). Na zjazde som sa pekne rozbehol a viacerých som predbehol. Keď som o 7:42 večer (11:42 na trati) dorazil na občerstvovačku a zastavil, zrazu na mňa prišli mrákoty a začalo ma motať. Snažím sa dať si niečo, ale nič mi nerobí dobre. Vypijem pohár sladkej malinovky a v dosť zlom stave sa vyberám do najťažšieho stúpania, legendárnej steny. Dalo by sa vystúpať pozvoľne asi 500 m+ priamo do Verbier, ako to má trať Verbier Marathon, ale pre nás a pre stomíľovku vymysleli, že stúpame na kopec nad Verbier na 2262 m.n.m. a až potom bežíme do cieľa. Najprv sa len tackám, je mi zle a som bez energie. Nejakí bežci ma predbiehajú, čo nie je žiadne prekvapenie. Postupne sa dostanem do tempa, do pomalého výšľapu a napredujem. Už ma veľmi nepredbiehajú, dokonca ja občas niekoho predbehnem. Len raz si hryznem niečoho zo svojich zásob, v podstate idem už len na vode, aspoň tá mi celkom chutí a robí mi dobre. Najprv sa stúpa lesom, ku koncu aj po lúčach a keď sa obzriem, mám nádherný výhľad na Gd Combin a ľadovec, kade sme bežali. Po dvoch hodinách výšľapu, tesne pred desiatou, prichádzam na vrchol stúpania Le Chaux, ku stanici lanovky, kde je posledná občerstvovačka. Skúšam si dať pohár koly, ale po prvom glgu cítim, že mi je z toho na vracanie. Zvyšok pohára vylievam do trávy a pokračujem bez občerstvenia. Keď som dal celú stenu len na vode, tak na vode zvládnem aj posledný zjazd. Už sa stmieva a vyťahujem čelovku. Je skvelé, že až potiaľto som mal svetlo a všetko som videl. Len posledný zjazd bude za tmy, aspoň symbolicky budem mať pocit, že bežím aj v noci.

Vybieham do tmy a ešte raz sa zadívam na Gd Combin a ľadovec, tentokrát sa mi naskytne veľkolepý pohľad aj na rad čeloviek, ktoré sa tiahnu od ľadovca až do doliny. Rozbieham sa a pri pohľade na hodinky si kladiem otázku, či by sa to dalo stihnúť pod 15 hodín. Ostáva necelá hodina a 6 km zjazdu. Aj keď hodinky mi ukazujú, že okrem 700 m klesania ma čaká aj 50 m stúpania. Tak aj bolo, nasledovalo aj pomalšie stúpanie a stále som nevedel, či sa to dá stihnúť. Keď už naozaj nasledovalo len klesanie a blížili sme sa ku dedine, zbadal som rozdvojku a skupinka bežcov sme váhali, kade bežať. Pozreli sme sa na hodinky a ukázalo nám, že sme zle a musíme sa asi 50-100 metrov vrátiť. Škoda, rátal som každý meter a každú minútu a teraz toto. Pokračujeme po správnej trati, postupne vbiehame do Verbier. Je noc, ale je tu veľmi živo, aj vďaka pretekom, ale bez neho je to rušné stredisko s nočným životom. Po mestečku bežíme viac menej dole kopcom a spolu s ďalším bežcom sa snažíme zrýchľovať a pozeráme, kde už konečne je cieľová brána. Nakoniec to predsa len stíhame a prebieham cieľom v čase 14:59:25, teda tesne pred jedenástou večer. Skvelé. Ťažko si dávať pred pretekom odhad, kedy by som mohol dobehnúť, konzervatívnejší odhad bol, že by som chcel dobehnúť do polnoci, odvážnejší, že ešte o hodinu rýchlejšie. Dôležité je, že som plynule napredoval a s krízami som sa vedel vysporiadať. Celkovo som skončil 319-ty z približne 1500 štartujúcich, z toho necelých 1200 preteky dokončili. Dostávam medailu a som zvedavý, či bude aj nejaké tričko. Nakoniec sme dostali šuštiakové finisierske vesty, čo je síce nie veľmi praktická vec, ale potešilo, že aspoň nejaký suvenír máme. Stomíľovkári mali celé vetrovky aj s rukávami aj s kapucňami. V cieľi som si išiel najprv pre veci a dozvedel som sa, že o 23:45 ide najbližší autobus do Orsières, čo je skvelé. Ani nič nezjem, pri pohľade na občerstvovačkový stôl sa mi dvíha žalúdok. Aj keď tu v cieľi podávali aj nejaké teplé jedlo, už som to nestíhal, ale nevadilo mi to, bol som rád, že tu nemusím dlhšie čakať na autobus.

Na druhý deň, po štyroch hodinách spánku, sme sa vybrali celá rodina do Verbier, kde boli detské preteky. Odviezli sme sa autom do Le Chable a odtiaľ lanovkou hore do Verbier, čo bol zaujímavý zážitok, aj pre deti. Bolo príjemné vrátiť sa na druhý deň do Verbier, do priestoru cieľa a všetko si pripomenúť, keď som to už mal úspešne za sebou. Tlieskame dobiehajúcim stomíľovkárom, ale aj posledným bežcom z našej trate. Deti si odbehli 1,2 km trať a dostali medaily. Bolo to pekné zakončenie akcie, odnášam si krásne spomienky. Na druhý deň vyrážame na francúzsku riviéru, kde ma čaká zaslúžený oddych pri mori.

Broňo Novák

UTMB[®]
WORLD SERIES

FINISHER

HOKA
FLY HUMAN FLY

DACIA

näak

SUNTO

HOKA
FLY HUMAN FLY

DACIA

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD
BY **UTMB**

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD
BY **UTMB**

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD
BY **UTMB**

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD
BY **UTMB**

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD
BY **UTMB**

TRAIL
VERBIER
ST-BERNARD
BY **UTMB**

