Zdolal jsem Velk

Maraton po největší stavbě světa se běží po nerovném povrchu se spoustou schodů. Ale i to dokázal zvládnout nevidomý Jan Bauer.



Jan Bauer »vidí« rukama. Stačí mu dotknout se bolavých zad a ví, v čem spočívá problém.

Kdysi vážil 160 kilogramů. Janu Bauerovi (37) bylo tenkrát 26 let. Díky své neuvěřitelné vůli dokázal za půldruhého roku shodit polovinu. Už tehdy měl problémy se zrakem, prodělal 40 očních operací. Když mu bylo třicet, oslepl úplně. Ale odmítl se vzdát. „Předtím jsme si říkal, že jestli ztratím úplně zrak, tak se zabiju," vypráví Jan Bauer. „Ale když se to stalo, už jsem to udělat nechtěl. V té době ohromně záleží na zázemí, a já ho mám. Rodiče, partnerku a své dvě děti. Ale musíte to v sobě zpracovat. Se slepotou se nesmíříte, ale musíte se s ní naučit žít." Jan Bauer má dnes masážní studio »U Slepejše«, a samozřejmě sportuje. „Dřív se stávalo, že jsem nabral váhu. Ale když jsem masíroval a lidi mě viděli, bylo dost těžké jim říkat, aby se sebou něco dělali, aby cvičili. Teď si držím váhu kvůli nim, ale také pro svůj dobrý pocit."

Vyrazil po těžké cestě cyklistů profesionálů

Jan Bauer zpočátku běhal v posilovně na pásu. Pro nevidomého člověka totiž není vůbec lehké vypravit se do terénu. I když vyrazí ve společnosti traséra, který mu popisuje cestu a varuje ho před překážkami. „Bojíte se každého došlapu, čekáte, že zvrtnete kotník, upadnete. Nejdřív tu myšlenku musí přijmout vaše hlava, zpracovat to, připustit, že to vůbec jde," vysvětluje nevidomý sportovec. V jeho případě se ještě přidává fakt, že má roztroušenou sklerózu. To je nervové onemocnění, které má vliv na pohyblivost, schopnost udržet rovnováhu nebo citlivost.

U posilovny ovšem nezůstalo. »Viníkem« je Janův kamarád a trasér Jarda Boucník. Vytáhl Jana do terénu, a navíc přišel s nápadem běžet půlmaraton. Jan Bauer se nejdřív vzpouzel. „Jenže už za tři měsíce jsme spolu stáli na startovní čáře," vzpomíná. Sport se pro nevidomého maséra stal potřebou, pomáhá mu tělesně i psychicky. A protože má skvělou kondičku, pouští se do neuvěřitelných akcí. Například jel na tandemovém kole s vodičkou Kateřinou Pechovou z Prahy do Itálie. Tam vyjeli po 48 serpentinách do sedla průsmyku Stelvio, do výšky 2758 metrů! Tam jezdí profesionálové při prestižním závodu Giro d'Italia. Na kole jel i na Slovensko, což završil výstupem na Gerlachovský štít. Bylo to 600 kilometrů, a pak dva dny v horách. „Lezl jsem přes balvany po čtyřech, puchýře jsem měl jak pětikoruny, rukavice rozedřené, holeně do krve obouchané," vypráví sportovec. „Lezl

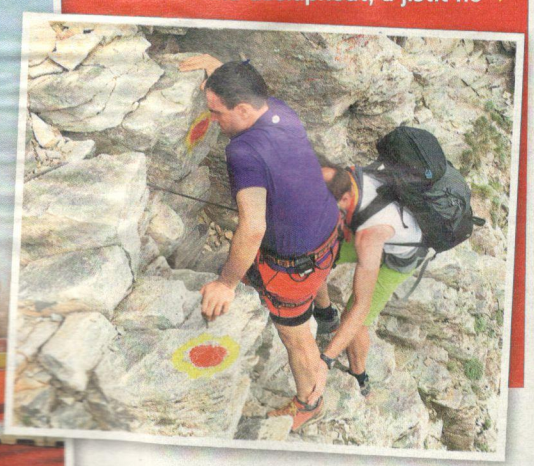


△ Nebýt »dokumentárních« fotografií, nikdo by neuvěřil, že masér někdy vážil 160 kilogramů



Na běžecké dráze se Jan Bauer někdy pohybuje »na vodítku«

Cesta na Olymp. Trasér musí nevidomému horolezci popsat přesně, kam má došlápnout, a jistit ho ▽



ou čínskou zeď

jsem s trasérem Honzou Joštem, a když jsem se ho zeptal, co vidí, řekl, že mám být v klidu, že taky nic. Byla totiž mlha."

Letos má Jan Bauer za sebou velký úspěch. Je prvním nevidomým běžcem, který uběhl maraton po Velké čínské zdi! „Přišla za mnou trasérka Jitka Křížová, že ví o takovém extrémním maratonu a nikdo nevidomý ho zatím neběžel. Aby běžel, je tam 1 164 schodů a každý je jiný. Nemůžete si »udělat rytmus«. Jitka to loni uběhla sama a prohlásila, že to dám," vzpomíná Jan Bauer. „Trénoval jsem na schodech ve výškových budovách. Připravovali jsme se i na vlhké podnebí a vysoké teploty, v Číně mohlo být klidně i 40 stupňů," vypráví maratonec.

Inspiroval i dalšího nevidomého sportovce Ondřeje Zmeškala, který se maratonu také zúčastnil. Jan Bauer má ovšem fenomenální výsledky, ve své kategorii (muži 30-39 let) skončil na 21. místě a celkově jako 138. běžec! „Pro mě je těžké najít traséra, protože ten by měl být rychlejší než já a po trase na mě ještě mluvit," směje se nevidomý běžec.

Byl i na »návštěvě« u řeckých bohů

Velkou čínskou zdí ale sportovní »lahůdky« pro Jana Bauera neskončily. Vyrazil i na Olymp, řeckou nejvyšší horu a bájné sídlo bohů. „Tam je obtížných posledních 200 metrů, a problém je při cestě dolů," říká sportovec. Na Olympu si poranil loket, což ho ale neodradilo od závodu v Harrachově, kde se běží 400 metrů nahoru po lyžařském skokanském můstku.

„Všechno je otázka hlavy," vysvětluje Jan Bauer. „Musíte si říkat, co a jak půjde, a ne pořád přemýšlet, proč ne. Pak zvládnete všechno." ■ *L. A. Kašparová*





△ S traséry Alešem Píchou (vpravo) a Jaroslavem Boucníkem na Velké čínské zdi. Tohle je ovšem jenom na procházce.

◁ Tahle italská silnička vypadá nevinně, ale ve skutečnosti byla trasa do průsmyku Stelvio plná ostrých serpentin

▽ INZERCE ▽

MITSUBISHI ASX

SPOLEHLIVOST MADE IN JAPAN

MITSUBISHI MOTORS



- Spotřeba od 5 l/100 km
- Ohromný zavazadlový prostor 488 l*
- 7 airbagů a klimatizace v základní výbavě

od 369 000 Kč

Plná záruka 5 let

www.mitsubishi-motors.cz

Kombinovaná spotřeba 5,0–5,8 l/100 km, emise CO_2 131–152 g/km. Údaje dle směrnic a nařízení EU nebo předpisů EHK. Vyobrazení vozu zahrnuje příplatkovou výbavu. *Po montáži originálního příslušenství.