

TISKOVÉ CENTRUM
9. 2. 2004, Praha

Kateřina Neumannová: Půlroční Lucinku má z lásky a pro radost, sama však podává špičkové výkony

Neuběhlo ani půl roku od narození dcerky Kateřiny Neumannové Lucie a Kateřina se vrátila do bílého kolotoče. Nepřišla však jen okukovat, vrátila se vyhrávat! Má už za sebou tři vítězství ve Světovém poháru a na stupních vítězů stála i při domácí Zlaté lyži... Nevidaný návrat, Neumannová šokuje lyžařský svět, Lyžařská máma vítězí – tak zní většina titulků médií. Existuje nějaký recept na hvězdnou formu v mateřství?

„Jsem šťastná. Vyhrávat mě určitě neomrzí,“ svěřila se Neumannová po doběhu druhého vítězného závodu. Zdá se, že především ve slově „šťastí“ vězí značná část „zázraku“. Odborníci i lidé z blízkého okolí lyžařky se totiž jednohlasně shodují: Kateřina běhá v absolutní psychické pohodě. „Jsem spíše konzervativní člověk, nic nelámu násilím. Mou jednoznačnou prioritou je šťastný a zdravý život dcery. Podle toho se vše řídí,“ upřímně přiznává.

Brala jste si při tak brzkém návratu příklad z kolegyň-matek?

Samozřejmě pozoruji své sportovní kolegyně a soupeřky, které jsou také maminkami. Ne, že bych měla pocit, že musím dělat úplně vše, jako ostatní, ale jeden výrazný moment jsem zaznamenala: Přesvědčila jsem se, že to jde. Myslím, že mé výsledky dokazují, že jsem našla tu správnou cestu, která sladila mé možnosti a možnosti okolí a hlavně je dobrá i pro Lucinku. A z koho bych si určitě nerada brala příklad, jsou Rusky. Ty to dělají tak, že v červnu nechají mimino babičkám, a pak se domů vrací jen občas na návštěvy...V okamžiku, kdy nastoupí do přípravy, nemají již mnoho šancí do čehokoli mluvit a mít dítě u sebe by jim asi stěží někdo toleroval. Moje příprava je oproti tomu ryze individuální. Na podobě současného tréninkového plánu se vedle trenéra a celého realizačního týmu značnou měrou podílím sama, samozřejmě po konzultacích s odborníky.

V tréninkovém plánu hraje určitě nezanedbatelnou roli Vaše maminka, coby babička. Zvládá ji a neprotestuje?

Zvládá ji a ještě k tomu s radostí. Je pravda, že v okamžicích, kdy se s trenérem domluví na konkrétní přípravě, která mě stojí mnoho času a sil, nebo když závodím, je babička nepostradatelná. V rodičích mám ale velkou oporu a vím, že mamka je vždy ochotna s námi snášet například i nepohodu cestování.

Z dcery už je malý cestovatel...

To ano, nyní společně střídavě pobýváme nejméně na čtyřech různých místech. Třeba na chalupě u rodičů na Orlické přehradě, v Praze, v Písku nebo na vlastní chalupě. Pak budeme taky částečně doma v penziónu na Šumavě, který by měl být už konečně dokončen. A nesmím zapomenout na závody v různých koutech světa...je toho dost.

Co si slibujete od provozování vlastního penziónu?

Hrozně se na to těším! Víím, že to je starost, ale jak já říkám, také radost. Je to totiž můj velký splněný sen. Od malička jsem k Šumavě až neuvěřitelně citově vázána. Proto tam chci mít nejen obživu, ale také zázemí. Něco, co bude hezké i účelné. Budu bydlet i trénovat ve vlastním a to je pro mě ideální.

Návštěvnícká kapacita bude odpovídat zhruba čtyřem rodinným apartmánům. Samozřejmě počítám také s osobním komfortem v podobě vlastního bytu a zázemí pro rodiče. Na co se těším opravdu hodně je i malé relaxační „centrum“ se saunou, osobním fitness a s masážním plaveckým bazénem, tzv. swim spa.

Po porodu jste se neuvěřitelně rychle dostala do skvělé kondice. Jak kloubíte tréninkovou zátěž s odpočinkem a péčí o malé dítě?

Už během těhotenství jsem si umínila, že se do odpovídající kondičky dostanu hned, jak to bude možné. Takřikajíc hýbat jsem se začala hned po šestinedělí. Když babička hlídá, zajdu na kolo, zaběhat si nebo do fitcentra. A pak samozřejmě individuální trénink. K mým nejoblíbenějším relaxačním technikám patří masáž a hydroterapie. Vlastním masážní vířivku, která se přiléhavě jmenuje: Veličenstvo. Tak si v ní připadám. S vířivkami mám bezvadnou zkušenost z Ameriky. Když jsme tam jezdili trénovat před Olympiádou, využívala jsem je opravdu často. U hotelu byl venkovní masážní bazén, a protože jsme tehdy s sebou neměli maséra, zastávala jeho funkci právě vířivka. Cítím se po ní výborně!

Jak tedy vypadá obvyklá relaxace Kateřiny Neumannové?

Po tréninku přichází na řadu sauna a masážní bazén. Spa, tedy masážní bazén, jsem objevila u jednoho českého výrobce v Dolní Dobruči na Ústeckoorlicku. Považuji to za ideální kombinaci sportu a odpočinku. Spáčko využívám jednak jako sportovně regenerační záležitost, ale i k relaxaci. Vodu mám totiž ráda ve všech skupenstvích. A když je ještě teplá a masíruje mě, dostanu se do maximální pohody. Navíc tam už беру Lucinku s sebou a to je teprve ta úžasná pohoda...

Chcete mít z dcery také špičkovou sportovkyni?

Je pravda, že už v prenatálním stadiu bylo mimčo neustále „konfrontováno“ se sportem, vždyť ještě těsně před porodem jsem pravidelně běhala, jezdila na kole a chodila do posilovny. Brzy jsme také začali s batolecím koupáním, ale v komorním domácím prostředí vlastního masážního bazénu. Myslím, že společná relaxace a radost z pohybu v teplé vodě je to pravé. Jinak ale stále tvrdím, že Lucinku mám z lásky a pro radost, nikoli jako rozeného sportovce!