



ČAKÁ ICH PREMIÉRA

Stovky bežcov sa aj v roku 2021 zapoja do programu Môj prvý maratón, aby sa v Košiciach po prvýkrát popasovali s náročnou, kráľovskou disciplínou MMM. Prinášame príbehy a vizitky niektorých z nich.



**EVA
CHRENKOVÁ**

**TVRDOHLAVÁ EVA TÚŽI
PO PREMIÉRE**

Evu nakopol k behaniu kamarát, ktorý v Košiciach zvládol polmaratón a ona pri prekáračkách vyslovila to známe, „a čo som vari horšia než ty, stavme sa“. I keď je astmatičkou a lieči sa pravidelne v Tatrách, ukázala sa ako dostatočne tvrdohlavá a ťažké začiatky prekonala, hoc predtým k športu priveľmi neinklinovala. Postupne ju beh začal baviť, prišli prvé preteky a ani posledné priečky ju nedokázali odradiť. Korona nasmerovala Bratislavčanku Evu k tréningom von z mesta, najčastejšie do lesov okolo Devínskej Kobyly. Pribúdali kilometre, prestala sa báť väčších vzdialeností a s potešením zisťovala, že vytrvalosť i rýchlosť postupne rastú. Plán je teda jasný. Najprv polmaratón v septembri v Bratislave a potom prvý Evin maratón v Košiciach. Zaželajme jej, nech to nič nezhatí a prídu víťazstvá. Nad sebou i to v stávke.



**MILAN
VALKY**

**ŠTYRI POLOVIČNÉ
VYMENÍ ZA JEDEN CELÝ**

Štyri doteraz absolvované polmaratóny MMM chce Milan Valky z Nitry vymeniť v roku 2021 premiérovo za prvú plnú porciu v košických uliciach. Práve tunajšiu atmosféru označuje za jeden z dôvodov svojich pravidelných októbrových návratov na tieto miesta. V príprave robí podľa vlastných slov skôr sparingpartnera svojim synom a priznáva, že sklbiť náročnú prácu v strojárňach s tréningom nie je vôbec ľahké. Vlní v decembri si preskákal aj covidové ochorenie, chvíľu mu trvalo, kým sa dostal kondične späť, no jeho cieľ v Košiciach je jednoznačný. Zdolať trať v čase pod 4 hodiny. Zaželajme mu nájsť na trati ten správny rytmus a na konci pridať do zbierky ďalšiu medailu z Košíc. Tentoraz za kráľovský maratón.



**GABRIELA
ZÚBRIKOVÁ**

**VLANI V GABČÍKOVE,
TERAZ UŽ V KOŠICIACH**

Gabika Zúbriková sa rovnako ako mnoho ďalších musela vlní rozlúčiť s predstavou, že si v Košiciach pripíše na účet premiérový maratón. Neodradilo ju to, zaberá v tréningu, prekonáva zdravotné prekážky a do Košíc, kde už zvládla niekoľko polmaratónov, sa zo svojho domova v Chorvátskom Grobe už naozaj teší. Gabika, ktorá pracuje vo vedení občianskeho združenia IPčko, je i zanietenou propagátorkou behu a zdravého životného štýlu, o čom sa presvedčia tí, ktorí si vyhládajú jej newslettery alebo podcasty. Vlní neváhala podporiť súdržnosť športovcov a v deň MMM absolvovala svoj symbolický maratón na trase Chorvátsky Grob – Gabčíkovo. Dnes sme všetci presvedčení, že Gabiku Zúbrikovú uvidíme 3. októbra znova v košických uliciach. A na konci dňa i s vytúženým zápisom o maratónskom výkone, ktorý bude svedčať jej životnému entuziazmu.



**JOZEF
URBAN**

**BOSÝ
AJ V KANADÁCH**

Naboso i v ťažkej obuvi už to skúšal dnes päť desiatidenročný Jozef Urban zo Spiša pri svojich doterajších deviatich štartoch na polmaratóne v Košiciach. Až dospel k rozhodnutiu trať si 3. októbra 2021 dvojnásobne predĺžiť a vyskúšať tak prvý maratón v živote. Akú zvlášť obuv, ešte neprezradil. Možno žiadnu, možno vojenskú i s plnou poľnou a možno predsa len športovú, aby pri tejto náročnej skúške až tak veľmi neriskoval. Fakt nevieme. Vieme však, že tento pracovník colnej správy spoznáva aj vďaka behu Slovensko od Svidníka po Devín. Tomu prispôbil i svoj vlnajší program, keď síce neprebehol, ale pešo úspešne zvládol Cestu hrdinov SNP.



**JANA
JUHÁSOVÁ**

**AKTÍVNA MAMA
NA PRAHU NOVEJ VÝZVY**

Janka Juhášová je skvelým príkladom toho, ako nikdy nie je neskoro a že vytrvalostný beh rozhodne pristane aj ženám. Táto aktívna mama troch synov začala s behom v roku 2017 zápisom do programu Women Friendly Marathon, ktorý v Košiciach, vďaka skupinovým tréningom, pomáha ženám nielen sa do behu zamilovať, ale aj sa pod odborným vedením postupne pripraviť na zdolanie niektorých z vyčúrených mét. Aj keď to bude Jankina maratónska premiéra, s najstarším európskym maratónom už svoje skúsenosti má. Rodinné minimaratóny, ženská štafeta WFM a napokon aj polmaratónska trať. Janka okrem toho, že beháva, je v tejto komunite aktívna aj inak. V roku 2019 založila s priateľmi v obci Družstevná pri Hornáde bežecký oddiel Enduro Klub Teplicany. Odbehnúť celý maratón je pre Janku darček a výzva k jej 45. narodeninám. Držme jej palce!



**MILAN
ŠTANCEL**

**PRIEVIDŽAN
V KOŠICKÝCH ULICIACH**

Ak chcete Milana Štancela navštíviť doma, musíte zísť do Prievidze. Ak ho chcete stretnúť na pretekoch, skúste zísť do Košíc. Lebo aj tu je doma. U syna, ktorý tu žije a ktorý ho prichýli aj vtedy, keď k rodinnej návšteve pripojí i svoje bežecké súťaže. No nebolo to vždy tak. Až tesne pred šesťdesiatkou, v roku 2016, keď sa aj ručička na váhe rozběhla do výstražnej polohy. Do fitka to nebolo ďaleko, našiel si trénerku a pustil sa po rokoch odkrútených v NCHZ Nováky do ďalšej práce. A úspešne. Váha išla dole, kilometre, naopak, pribúdali. Až tak, že dnes ich ročne zdolá tritisíc. A popri všetkých tých desiatkach či polmaratónoch už chce siahať vyššie. K premiérovému maratónu. V Košiciach. V roku 2021. Vo veku 65 rokov. To všetko stojí za povšimnutie. Tak mu zamávajte a povzbudte ho. Na diaľku či 3. októbra priamo v uliciach, ktoré tak dobre pozná. Hoci je z Prievidze.



**MIROSLAV
TERIFAJ**

**PIATY POLMARATÓN
HO UŽ NELÁKA**

Niežebý ho nelákal naozaj, možno sa k nemu vráti, no po štyroch úspešných polmaratónoch v rámci októbrového MMM sa Miroslav Terifaj už pozerá za motiváciou i ďalej. Pracuje v Košiciach ako ajťák, má 35 rokov a kdesi čítal, že práve to je ideálny vek na premiérový maratón. Ako vidno z príbehov ostatných protagonistov tohto programu, každý to skúša po svojom a doslova v každom veku. Mirovi to vychádza takto, na 3. október 2021. Svoju bežeckú prípravu, v ktorej zdoláva podľa možnosti tridsať až päťdesiat kilometrov týždenne, si spestruje aj na ľade pri hokejových zápasoch i občasnou návštevou posilňovne. S maratónskou nedeľou už Miroslav Terifaj jeden mimoriadny zážitok spojený má. Pred štyrmi rokmi sa mu temer presne v momente štartového výstrelu narodila dcéra. Teraz ho čaká zážitok iný. Iste, s tým skôr spomenutým len ťažko porovnateľný. No i tak. Prajeme mu, aby si ho užil do sytosti.



**WES
SOUTHALL**

**S NEMALÝMI
AMBÍCIAMI**

Prvý maratón si do Košíc prídre vyskúšať aj britský bežec Wes Southall. Nebude to však zďaleka jeho prvá cesta na Slovensko. Jeho manželka Lenka pochádza z Kežmarku, a tak to u nás už celkom dobre pozná. Pri jednej z minulých návštev sa ocitol pri soche maratónca, začal sa hlbšie zaujímať o históriu MMM, až skrslo predsavzatie vyskúšať si raz trať maratónu v Košiciach na vlastnej koži. Wes nie je športovým začiatočníkom. Pracuje ako požiarnik a pod touto vlajkou ako člen UK Fire Service Team doma aj beháva. Päťky, desiatky, polmaratóny... Má za sebou už i pár víťazstiev a netají sa tým, že pri svojej premiére rád do cieľa dobehol v rozpätí časov 2:42 – 2:50. S intenzívnou prípravou začal 6. júna, naplánoval si ju na osemnásť týždňov a spolu s manželkou a oboma deťmi sa už teší na cestu i na samotný štart v Košiciach.