

Môj prvý maratón

Pod týmto názvom sa skrýva výzva, ktorú aj v roku 2025 prijali stovky bežcov rozhodnutých absolvovať v Košiciach svoju maratónsku premiéru. Pozrime sa na príbehy niekoľkých z nich.



Dodržať sľub

Anikó Halgašová zo Zvolena podľahla endorfinom a spontánne počas behu sľúbila kamošom, že dajú aj ten maratón. Niežeby to teraz ľutovala, no popri práci manažéra čerpacích staníc a mnohých ďalších záľubách a povinnostiach sa vďaka maratónskemu tréningu hľadá čas naozaj ťažko. Pred časom si „odskočila“ k prekážkam a silovejším výzvam, no opäť podľahla čaru prostého behu za každého počasia, v každom ročnom období...

A s čím by bola na jeseň v Košiciach spokojná? Stihnúť to pod 4 hodiny. No i tak sa zdá, že najväčším benefitom je pre Anikó čistá hlava a relax, ktorý jej tieto aktivity neomylné ponúkajú.

Bežec v bielom plášti

Študent medicíny **Mirko Trojčák** sa do behania pohrúžil pred tromi rokmi a ciele si nevytýčil vonkoncom malé. Okrem prvého maratónu v Košiciach svieta na jeho plánovacej tabuli aj Ironman, kde si 42,195 km pridá po riadnej dávke vo vode a na bicykli. Okrem týchto záľub sa už rodák z Veľkého Krtíša obzerá aj po uplatnení v praxi a asi neprekvapí, že ho láka aj športová medicína a práca vo zvolenskej nemocnici. A ciele pre Košice? Ešte pred cestou zvládnuť prvé štátnice a potom zdoлаť trať pod 3 hodiny.



Deti maratónu

Dušan Kerpčár z Košíc si maratón raz naordinoval musel. Zvládla ho jeho manželka a postupne i Dáriuš a Stellka, vtedy ukryté v brušku svojej mamičky v ranom štádiu tehotenstva, o ktorom zakaždým ešte budúci rodičia nevedeli. I preto je azda príznačné, že jedným z jeho dlhodobých životných cieľov je ukázať cestu k športu deťom. Tým svojim i všetkým ostatným, ktorých dokážu strhnúť a motivovať v bežeckej komunite Raise & Move, založenej týmito oduševnenými manželmi. Dnes 29-ročný Dušan sa do prípravy pustil vďaka systematicky a na májovom polmaratón sa už dokázal zlepšiť o 11 minút na 1:33:05. A keďže pri starostlivosti o rodinu ide často aj o boj s časom, môžete celú rodinu z času na čas vidieť i s bežeckými kočiarimi v oblúbenom parku na Aničke.

