

Majster Európy vo vzpieraní do 23 rokov MATEJ KOVÁČ prerušil štúdium, aby sa mohol naplno venovať športu

Na dvoch koňoch naraz sa zle sedí

Tri roky v rade neodišiel z ME do 23 rokov bez medaily. Z tohtoročného šampionátu v litovskej Klajpede si priviezol až tri. V kategórii do 105 kg vyhral dvojboj (386 kg) i nadhod (216 kg), v trhu bral striebro (170 kg). Experti vravia, že z neho môže vyrásť druhý Martin Tešovič. „Je vyslovene súťažný typ. Ak sa nič nepredvídané nestane, o rok nebude chýbať na olympiáde v Riu,“ predpovedá Štefan Korpa, prvý kouč vzpieračského európskeho šampióna Mateja Kováča.

● **Vlani ste na ME do 23 rokov v Limassole získali v dvojboji bronz. S akou túžbou ste cestovali do Klajpedy?**

„Minimálny cieľ bola medaila. Keď sa však obhajca Lotyš Plesnieks rozhodol pre vyššiu kategóriu, vedel som, že sa mi črtá šanca na dobré umiestenie. Avšak až súťaž, ktorá sa pre mňa už ani lepšie nemohla skončiť, reálne ukázala, kto na čo má.“

● **Akú formu naznačovali posledné tréningy pred šampionátom?**

„Fyzicky som sa cítil výborne. V trhu som si na tréningu poradil aj so 175 kilami, no na súťaži to už nebolo celkom ono. Avšak vďaka Bohu aj za 170 kg, lebo technicky som dvíhal zle. V nadhode som si veril na 210 kg, no všetko sa vyvinulo tak, že ak som chcel vyhrať dvojboj, nemal som na výber – musel som sa pokúsiť o 216 kg.“

● **V celej súťaži ste mali jediný neúspešný pokus – druhý v trhu, keď bolo na činke 170 kg. Tesne pred ním si Poliak Hoim škaredo poranil ruku, od bolesti reval ako tur. Vyrušilo vás to?**

„Keď som zbadal jeho lakeť, moja koncentrácia bola preč. Našťastie, v treťom pokuse ma už nič nevyrušilo a 170 kíl som dostal nad hlavu.“

● **V nadhode ste si hneď úspešným pokusom na základných 198 kg zaisťovali nielen striebro v tejto disciplíne, ale aj v dvojboji. Pomohol tento fakt vašej psychike v súboji o zlato?**

„Jednoznačne! S trénerom Lukáčom sme uvažovali, že začnem na 205 kg, lenže súťaž sa vyvinula tak, že na striebro v nadhode i v dvojboji stačilo aj 198. Dôležité bolo, že som sa potom v druhom pokuse na 206 kg dostal o kilo pred Poliaka Samoraja a v treťom na 216 kg som mal stále šancu bojovať o titul v dvojboji.“

● **Verili ste, že vám snaha o sedemkilové zlepšenie osobného rekordu vyjde?**

„V hale mi veril asi málokto, no tréner i ja sme boli presvedčení, že si s 216 kilami poradím. A to sa ukázalo ako kľúčové. Vedel som, že moje silové parametre sú také, aby som zdvihol aj takúto činku.“

● **Osobný rekord v dvojboji ste si**

KTO JE MATEJ KOVÁČ

NARODENÝ: 1. júna 1992

KLUB: VŠC Dukla Banská Bystrica

TRÉNER: Rudolf Lukáč

PRVÝ TRÉNER: Štefan Korpa (v športovom gymnáziu Košice)

ÚSPECHY: do 105 kg – 1. v dvojboji na ME 2015 do 23 rokov (1. v nadhode a 2. v trhu), 3. v dvojboji na ME 2014 do 23 rokov (4. v trhu aj nadhode), 3. v trhu na ME 2013 do 23 rokov (4. v dvojboji), 8. v dvojboji na Svetovej univerziáde 2013, 9. v dvojboji na ME 2013, 14. v dvojboji na MS 2014, 14. v dvojboji na ME 2015

OSOBNÉ REKORDY: 386 kg (dvojboj), 170 kg (trh), 216 kg (nadhod)

posunuli o 9 kg z 377 na 386. Čomu vďaka za zlepšenie?

„Jednej z najlepších príprav v mojej kariére. Striedali sme tri ťažké cykly s jedným ľahším, pričom v ťažkých sme vždy išli na sústredenie. Všade sme našli výborné tréningové podmienky, kvalitnú stravu a veľmi mi pomohlo, že s nami bol aj fyzioterapeut z Dukly. Uvedomoval som si, že to bude môj posledný šampionát do 23 rokov a ďalšia možnosť získať v tejto kategórii medailu sa mi nikdy nenaskytne. Preto som sa do prípravy vložil na maximum, hlavu som si nastavil len na vzpieranie.“

● **Pre vzpieranie ste vraj prerušili aj univerzitné štúdium ekonómie na UMB v Banskej Bystrici...**

„Zistil som, že na dvoch koňoch naraz sa zle sedí. Uprednostnil som preto vzpieranie. Dostal som sa na takú úroveň, že ak sa budem zlepšovať už len po kilečkách, môžem siahnúť na zaujímavé umiestenia aj na seniorských šampionátoch. Študovať a súčasne vzpieť, a ani jedno nerobiť poriadne, nemalo zmysel. Pred zimnou olympiádou v Soči som skúšal ešte aj boby a vtedy mi ušiel celý zimný semester. Resty bolo potrebné dobehnúť, ale ak by som sa začal naplno venovať škole a tréningy by išli bokom, dva roky pred OH v Riu by to asi nebolo najlepšie.“



Úspešný nadhodový pokus na 216 kg, ktorý rozhodol, že Kováč má dva európske tituly.

FOTO JÁN ŠTEFÁNIK

● **Spomenuli ste boby, v olympijskej sezóne 2013/14 ste jazdili s pilotom Milanom Jagnešákom v Severoamerickom pohári. Ako je to s vašou kariérou v tomto športe?**

„Je to presne ako s mojím štúdiom – nedá sa sedieť na dvoch koňoch. Boby sú náročný šport. Dôležité v nich je dobre odštartovať, čiže čo najrýchlejšie ich roztláčiť. V úvodných metroch som ešte stíhal, ale na lade mi už chýbala potrebná frekvencia. Nie som extrémne rýchly šprintér. Jednoducho v boboch sa mi až tak nedarilo, ostal som radšej pri vzpieraní.“

● **O rok je olympiáda v Riu. Aká je vaša šanca dostať sa do Brazílie?**

„Nebude to vôbec jednoduché. V celosvetovej kvalifikácii ako krajinu už asi nemáme šancu, v európskej, kde ešte sedem krajín získa po jednej miestenke, to bude tiež nesmierne náročné. Mnohé silné štáty z nášho kontinentu totiž po tohtoročných MS v Houstone vyjdú podobne ako my, naprázdno. Šanca kvalifikovať sa do Ria ostane ešte cez renking, ale bude to takisto ťažké, lebo kategória

do 105 kíl je dosť nabitá. Ak na niektorom kvalifikačnom podujatí nadvíham aspoň 390 kíl, mohlo by to na letenku stačiť. Natrénované to mám, veď ak by som v Klajpede dal v trhu 175 kg, v dvojboji by to bolo už 391.“

● **Súťažíte v kategórii do 105 kg, kde bol nie tak dávno veľkou hviezdou Martin Tešovič, najúspešnejší slovenský vzpierač. Experti tvrdia, že by ste mohli kráčať v jeho šlapajach. Bude z vás raz druhý Tešovič?**

„Je príjemné, keď ma s ním porovnávajú. Mať Tešovič je môj vzor a nielen môj. Dvíhal také váhy, o ktorých sníva azda každý vzpierač v stopätke, mňa nevnímajú.“

● **Tešovičov dvojbojový osobák je 412 kíl, no váš zatiaľ len 386...**

„K jeho výkonom vedie ešte dlhá a ťažká cesta, ale verím, že sa k nim aspoň priblížim. Rok čo rok sa zlepšujem, s koučom Rudom Lukáčom máme vypracovaný dobrý tréningový systém. Ak sa nezraním, verím, že to dotiahnem aj ja vysoko. Kam, to ukáže čas...“

GABRIEL BOGDÁNYI