



■ Jarmila Halířová a její psi



■ Soňa Klikarová



■ Martina Štěpánková

Musherky jsou frajerky

Následujícím triologem bych chtěla čtenáře seznámit s názory a zkušenostmi nejen vlastními, ale i dvou žen, které jsou dlouhodobě nejlepšími musherkami v individuálních disciplínách jak u nás, tak ve světě, kde se už několik let umísťují na stupních vítězů. Jedná se o Soňu Klikarovou a Martinu Štěpánkovou.

Jaký druh sportu u vás předcházal před mushingem? Předpokládám, že skočit do tenisek a vzít si psa na postroj nestačí.

Soňa: Od mládí jsem byla dost živé dítě, které se dokázalo unavit jedině sportem. Navíc jsem měla sportovně založeného staršího bratra, který mě zasvěcoval do různých sportovních odvětví. Hráli jsme tenis, volejbal, ping-pong, jezdili na kole a na lyžích atp. Já jsem se v deseti letech rozhodla pro sportovní školu (běh na lyžích) v Jilemnici, kde jsem

později pokračovala i na sportovním gymnáziu. Naše příprava spočívala v mnoha naběháních kilometrech, jízdě na kole a kolečkových lyžích a v zimě samozřejmě v běhu na lyžích. Po nějaké pauze jsem se k tomu díky psům vrátila. A musím říci, že mě to pobíhánilo a ježdění v lese se psem baví o něco více.

Martina: Od pěti let mě rodiče vedli k lehké atletice, které jsem se věnovala téměř deset let. S nástupem na střední školu jsem začala hrát závodně lední hokej.

JH: Začínala jsem s atletikou ve 12 letech. Běhala jsem střední a dlouhé tratě, krosové a silniční závody. Když jsem skončila se závoděním, přemýšlela jsem, jak si zpestřit denní běhání. Pes byl ideální partner, který se mnou s radostí absolvoval výběhy do terénu.

Z čeho při tréninku vycházíte?

Soňa: Myslím, že přesný mistr jak správně natrénovat psa není. Každý pes je jiný a snese jiné tréninkové dávky. Všeobecně platí, že ho

trénink musí bavit, měl by se na něj vždy těšit a je důležité, abych i já měla z tréninku dobrý pocit. Psům vždy nechávám dostatek času mezi tréninky na regeneraci. Vzdálenosti, které trénuji, upravuji podle momentální kondice psa a také podle klimatických podmínek.

Martina: Čerpala jsem především ze svých zkušeností z jiných sportů. Pro trénink svého psa jsem nejprve získávala informace od jiných zkušených závodníků. Postupem času jsem si je upravovala podle toho, co mému psu nejlépe vyhovuje. Každý pes je totiž jiný, na každého platí něco jiného.

JH: Mám dlouholeté zkušenosti s trénováním na atletické závody, takže jsem si své předešlé tréninky upravila a trénuji se sama. Se psem však pracuji krátce, takže čerpám z informací od zkušených musherů a upravuji si je dle možností psa.

Jaké byly vaše začátky – a s jakým psem?

Soňa: Moje láska nejen ke psům se projevila od mládí, kdy jsem domů vodila psy a kočky z ulice s tím, že jsou určitě opuštění a potřebují moji péči. Prvním tažným psem u nás doma byla fena českého horského psa (ČHP) Alka z Dubových pasek. I když o jejích tažných schopnostech jsem pochybovala. Vždy dávala přednost běhání na volno, a to nejraději na jak dlouhou dobu se jí zachtělo. První své musherské závody v canicrossu jsem absolvovala až s dcerou Alky, s Andy Mount Mc Kinkey.

Martina: Začátky v mushingu jsem prožila s pitbulteriérem Dakem. Hned naší první sezonu ozdobil stříbrná medaile z mistrovství světa v canicrossu.

JH: Poprvé jsem se postavila na start canicrossu se srnčím pinčem Sidem, se kterým jsem se zúčastnila otevřeného závodu pro příchozí na Maxičkovském acanacrossu. Psy jsem si nejdříve půjčovala a poté si pořídila svého ESP.



■ Jarmila Halířová a Sessila, ESP, Děčín 2009, canicross



■ Martina Štěpánková, Pinky, ESP, ME Maďarsko 2006, canicross



■ Smečka Martiny



■ Smečka Soni

Kolik máte psů? Jakou rasu, kolik z toho závodních pro mushing? S jakým běháte canicross?

Soňa: Po Alce a Andulce nám do smečky přibyla další fenka ČHP Ailly – potomek z druhého vrhu Alky. Aillynka nebyla největším běžcem, a tak jsem nejvíce závodů odběhala s Andy. Naše nejdobrodružnější společná cesta byla v roce 2001, kdy jsme se s Andy účastnily mistrovství světa na Aljašce. Na jaře 2001 jsem do smečky přidala prvního evropského saňového psa (ESP) – fenku Holly. Dnes mám doma pětičlennou smečku, 4 ESP – sourozence Zooma, Zlatu, Zulu (rodiče Holly x Speedy) a Vipa (potomek po Zlatě), a poslední moji fenku ČHP Aillynku (12 let).

Martina: Mám tři psy: jedenáctiletého středního knírače Artexe z mého vlastního chovu, desetiletého pitbulteriéra Daka, s kterým jsem poznala kouzlo mushingu a závodila jsem s ním v canicrossu. Nyní, vzhledem ke svému vyššímu věku, už závodí pouze v dětských kategoriích, kde jsou délky tratí mnohem kratší. A čtyřapůlletého evropského saňového psa Pinkyho, se kterým se aktivně věnuji scooteringu, canicrossu a v zimě skijöringu.

JH: Máme čtyři psy: ESP (evropského saňového psa) Sessilu, německého ohaře Galinu a dva srnčí pinče – Corinu a Sida. Canicross běhám s ESP Sessilou.

Děláte v mushingu ještě jinou disciplínu než canicross? Se stejným, nebo jiným psem?

Soňa: Závodím ve všech individuálních kategoriích kromě scootru, tedy v canicrossu, bikejöringu a skijöringu. Znamená to, že naše závodní sezona začíná vždy v září závody tzv. na suchu a končí v březnu na sněhu. Pravidelně závodím vždy ve dvou kategoriích, protože mám v tréninku čtyři psy. Ty, s kterými nezávodím já, půjčuji do závodu svým kamarádům. Problém je jen v tom, že moji psi jsou na mně hodně závislí a pokud člověka, s kterým závodí, alespoň trochu neznají, nepoběží s ním.

Martina: Canicross už běhám jen zřídka, protože s takovým psem, jako je Pinky, je to velmi náročné na klouby, kotníky... Proto jsem se zaměřila na scootering a v zimě na skijöring.

JH: Myslím, že kromě běhání nic jiného neumím, a tak se věnuji závodně jenom canicrossu.

Kolik let závodíte a jak dlouho vám trvalo dostat se na špičku?

Soňa: Závodím od roku 1998, kdy mým prvním závodem byl závod MČR v Třebíhošti. Běžela jsem tenkrát canicross s čechohoračkou Andy. První kolo závodu Andy trochu nevěděla, o co vlastně jde, druhý den podala o kus lepší výkon a my skončily celkem druhé. Bylo to velkým překvapením nejen pro mě, ale i pro další závodníky. Další rok jsme již MČR v canicrossu vyhrály a potom dalších šest sezon za sebou.

Martina: Závodím od roku 2002. Hned tento rok se konalo mistrovství světa v Itálii, odkud jsme si přivezli s pitbullem Dakem stříbro, což od nás nikdo nečekal.

JH: Když budu počítat své začátky s půjčenými psy, tak závodím od roku 2004. Většinou jsem se objevovala na závodech u nás mezi prvními, ale vrchol v závodění a uspokojení prožívám až se svým ESP Sessilou, druhou sezónou.

Chodíte do práce, nebo se dá tímto sportem užít?

Soňa: Náš sport není nijak výdělečný, takže samozřejmě chodím do práce vydělávat na svoje výlety se psy po světě. Za dobu, co závodím, se nám podařilo projet skoro „celý svět“.

Martina: U nás se tímto sportem rozhodně užít nedá,

takže samozřejmě chodím do práce na dvaceti hodinové směny.

JH: Je to zatím sport, který u nás teprve hledá větší oblibu. Přece jen je to větší dřina než agility či flyball, takže se lidé moc nehrou. Pro nás všechny je to velký koníček. Chodit do práce musíme všichni.

Je mezi mushery rivalita, nebo skvělá parta?

Soňa: Je to asi jako všude mezi lidmi. Někteří si spolu rozumí, jiní zase tolik ne. Výhodou v našem sportu je fakt, že máme vždy společné téma hovoru – psy. Za dobu, co závodím, mám v tomto sportu několik opravdu dobrých přátel, s kterými si mám vždy co říci. Pro mě platí, že na trati jsme soupeři a každý chce být první. To ale končí doběhnutím do cíle. Mám ráda zdravého sportovního ducha.

ALAVIS™ MSM + Glukosamin sulfát

podávejte pro správnou funkci vazů,
šlach, kloubů a kostí:



- štěňatům od 2. – 3. měsíce věku
- mladým psům
- sportovním a pracovním psům
- psům vyššího věku a psům s nadváhou



www.alavis.cz

Patron ca, s. r. o., K Labeškám 821, 149 00 Praha 4 - Hrnčiče,
tel.: 244 402 819, 724 091 241, info@alavis.cz, www.alavis.cz

Martina: Jako v každém sportu, tak i pro mushing platí, že se najde skvělá parta lidí-ček. Zároveň panuje velká rivalita.

JH: Na startu určitě rivalita. Každý chce porazit toho druhého a ke sportu to prostě patří. Mimo závodní trať je to o něčem jiném.

Jakou stravou krmíte? Granule, nebo maso? Je způsob krmení – složení stravy v přípravě a v době závodů rozdílné?

Soňa: Psy krmím převážně granulemi. Maso, jogurty a další psí pochutiny moji psi samozřejmě také dostávají, ale v omezené míře. Mí psi jsou již několik let sponzorováni velmi kvalitními psími granulami jedné značky. Myslím, že jejich výsledky mluví za vše. V závodním období dostávají zátěžové granule, po sezoně je potřeba jejich zažívání odlehčit a přejít na granule pro psy s běžnou zátěží.

Martina: Krmím výhradně kvalitními granulami jedné značky. V sezoně je kombinuji přidáváním syrového hovězího masa.

JH: Krmím granulami pro velké psy. Nedávám psům před závodem, ani v tréninku zátěžové granule. Mám zkušenost, že mi fena po nich tloustla i při velké zátěži. Důvod vidím v tom, že je vykastovaná.

Co speciální výživa závodních psů? Přípravky na klouby, doplňky stravy apod.? Dostávají něco speciálního po zátěži – tréninku či závodu – na rychlou regeneraci, uvolnění?

Soňa: Tak jako asi každý vrcholový sportovec používá nějakou speciální výživu, tak i závodní psi potřebují speciální výživu, a to zejména v závodním období. Já pro své psy používám tekutou kloubní výživu Chondroflex. Pro rychlou regeneraci po závodě či tréninku používám speciální regenerační psí pasty Aptus Rekonalescent v kombinaci s přípravkem Aptus Nutrisal, který pomáhá k hydrataci a k udržení rovnováhy tekutin a solí v organismu zvířete.

Martina: Samozřejmě mezi důležité doplňky patří přidávání přípravků na klouby, které pro mé psy zajišťuje firma Alavis. Po tréninku, závodě či zátěži používám k rychlejší regeneraci různé elektrolyty.

JH: Dávám svým psům přípravek na klouby Proenzi, který střídám s Alavisem, po celý rok. Před i po zátěži dodávám psům aminokyseliny.

Mají „firmy“ zájem sponzorovat tento sport? Máte nějaké sponzory?

Soňa: Mým dlouholetým sponzorem je Jaroslav Soumar z firmy ManMat, dále Miloš Plaček – Eukanuba, firma Canami-pharm, veterinární klinika HK vet, veteri-

nární klinika MVDr. Pavel Ott, firma Orion Pharma.

Martina: Mushing zatím není u nás stále tak znám a populární jako jinde v zahraničí, tudíž zájem firem sponzorovat je vcelku malý. Mým hlavním sponzorem je můj zaměstnavatel firma Severočeské doly a. s. Chomutov, který mě nejen finančně podporuje, ale i vychází vstříc v plánování volna, které potřebuji na závody. A dále již zmiňovaná firma Alavis, která nám dodává přípravky na klouby. Za což jsem jim oběma velice vděčná.

JH: Pokud má někdo skvělou výkonnost, dokáže si nějakého sponzora najít. Převážně jde o firmy, které se kynologií zabývají. Nás sponzoruje Zerodc výbavou pro mushing – postroje, sedáky, obojky, a časopis Pes přítel člověka. Dostáváme také výhodné slevy na granule Hill's.

Jakým způsobem trénujete psy? Kolikrát týdně?

Soňa: V přípravném období trénuji psy 3x – 4x týdně, v závodním období 2x – 3x týdně. Protože mám v tréninku více psů, trénuji s většinou psů jednotlivě na kole a s jedním běžím, v zimě si na lyže zapřáhám psy jednotlivě, i ve dvojici.

Martina: Po zimní sezoně, která končí cca na přelomu února a března, mají moji psi

■ Soňa Klikarová a Speedy, ESP, skijöring



■ Martina Štěpánková, Pinky, ESP, Sněžník 2009



■ Soňa Klikarová a Zoom, ESP, skijöring



*Znáte rezervy
ve výkonnosti Vašeho psa?*

RECONVALESCENT DOG + NUTRISAL



Aptus®

SPOKOJENÉ ZVÍŘE = ŠŤASTNÝ MAJITEL

Orion Oyj organizační složka, Zelený pruh 95/97, 140 00 Praha, tel.: +420 227 027 263, fax: +420 227 230 661



■ Soňa Klíkarová, Zoom, ESP, Mladá Boleslav 2009, bikejöring



■ Martina Štěpánková, Pinky, ESP, Děčín 2009, scooter

„volno“. Žádné tahání, užívají si procházek, v létě koupání na přehradě. Zapřahat začínám začátkem srpna. Trénink ovlivňuje počasí. Začínáme jezdit kratší vzdálenosti 2x – 3x týdně, ty pak postupně prodlužujeme.

JH: Pokud je pes v přípravě, snažíme se trénovat 4x do týdne. Jezdíme na kole či koloběžce. Momentálně není Sessila ve zdravotní pohodě, tak jsem ráda, že běhá na volno. Víc zatím nestihneme.

Kde trénujete? Jaké máte pro trénink podmínky?

Soňa: Trénuji v horském prostředí v Harrachově, kde bývají velmi dobré sněhové podmínky, tratě jsou zde velmi členité. Pro trénování na suchu jsou zde tratě celkem náročné svým nerovným povrchem.

Martina: Trénuji v přilehlých lesích, kde máme hodně kopcovitý terén, který je dobrý pro silové tréninky. Na rychlostní tréninky musím dojíždět cca 15 km, což je někdy při mém zaměstnání časově náročné.

JH: Trénuji u nás v kopcích nad sídlištěm, nebo vyrážíme o víkendech na Sněžník či Maxičky. V posledních měsících je to výjimečné.

Trénujete psy za každého počasí a za každou cenu?

Soňa: Trénink je někdy potřeba odjet i ve velmi nepříznivém počasí. Ale pokud tzv. padají trakaře, raději trénink odložím, aby nedošlo k zbytečnému zranění psů. V teplém počasí trénuji velmi opatrně, aby nedošlo k jejich přehřátí. Psy nechávám ochladit ve vodě, a pokud je teplota nad 16 °C, netrénuji.

Martina: Snažím se trénovat intenzivně za každého počasí. Pokud máme naplánované závody, tak trénuji, ať je počasí pěkné, nebo ne. Ba naopak, Pinky mu vyhovuje chladné, deštivé, blátivé počasí.

JH: Určitě za každého počasí. Na závodech si nikdo nevybírání. Kdyby ovšem padaly kroupy, nevyšla bych ani z baráku.

Jezdíte se psy na „soustředění“, kde je příprava psa intenzivnější?

Soňa: Bydlím na horách, takže na soustředění sem za mnou spíše jezdí moji známí.

Martina: Na žádné soustředění se psy nejedím.

JH: Bohužel na to není momentálně čas, ale do Krkonoš se proběhnout bych určitě jela.

Jak psi snášejí cestování? Kde tráví čas v době závodů?

Soňa: Pro transport psů mám speciálně upravené obytné auto. Psi tam mají zabudované své boxy. Moji psi jsou od mládí zvyklí často cestovat, myslím, že si cestování velmi užívají a vždy se těší, když někam odjíždíme.

Martina: Moji psi snášejí cestování od štěněčího věku výborně, jízdu autem milují. V době závodů odpočívají ve svých boxech v autě, kde se cítí bezpečně a spokojeně.

JH: Pes je většinou součástí dění na závodech od štěněte, takže ho cestování nerozhodí. Naopak, cestu na závod pozná. Je to delší příprava, spousta věcí okolo, co se veze s sebou. V době závodů mám Sessilu v kleci. Je naučená v ní odpočívat.

Závody se konají většinou na nějaké odlehlé louce, v lese. Kde jste ubytované během závodů?

Soňa: V době závodu zůstávám se psy v autě, popřípadě jsem ubytovaná v hotelu v blízkosti.

Martina: Po několika podzimních sezonách, kdy nám počasí mnohdy vůbec nepřálo a kdy jsme spali pod stanem, jsem si pořídila dodávkové auto, které jsem si nechala předělat na obytné, tam mám konečně veškerý komfort pro sebe i své psy.

JH: Obvykle jsou závodníci na tzv. stákeautu, kde jsou ve vozidlech přizpůsobených k bydlení nebo v obytných karavanech. Občas někdo spí ve stanu nebo si najde ubytování v hotelu poblíž závodního – naše varianta.

Při některých specifických závodech se závodí i v noci. Je běh se psem za tmy něčím specifický? Trénujete na tento závod?

Soňa: V zimě jsem někdy z nedostatku času nucena trénovat se psy i za tmy. Používám při tom čelovku s vítilnou s velkým dosvitem, nutností je nezapomenout si nabít baterky...

Martina: Běh se psem za tmy se koná jen u pár podzimních závodů, jako pro diváky velmi atraktivní podívaná. Běhá se s „čelovkou“ a psy to nesmírně baví. Na tento typ závodu nijak zvlášť netrénujeme.

JH: Ve tmě se běží určitě hůř. Je potřeba mít vítilnu na čele. My to nijak netrénujeme.

Na jaký závod se letos připravujete? Sezona je zimní a podzimní, kterou upřednostňujete? Která je pro vás přípravná a která hlavní?

Soňa: Letos již máme za sebou ME ECF v Maďarsku, což bylo vrcholem mé letošní podzimní sezony. V únoru se v Polsku koná ME ESDRA na sněhu, to bude naším vrcholným závodem pro zimní sezonu.

Martina: Pokud nám budou přát sněhové podmínky, tak se zúčastním na začátku února 2010 Mistrovství Evropy ESDRA v Polsku, kde bych chtěla zajet na lyžích (skijoring) s Pinkým co nejlepší výsledek. Obě sezony jezdím velmi ráda. Zimní sezona je hezčí v tom, že nejste neustále „od bláta“, a pokud je dostatek sněhu a máte ty možnosti jezdit na upravených tratích, je to nádherná.

JH: Vrcholem letošní sezony pro nás mělo být ME ECF v Maďarsku v canicrossu. (Zraněním, týden před tímto závodem, jsme sezonu předčasně ukončili.) Závodíme pouze v canicrossu, takže je pro nás podzimní sezona ta hlavní a jediná. Zimní závody na lyžích neabsolvujeme.

Máte své internetové stránky, kde o vás zjistíte více informací?

Soňa: Nemám.

Martina: www.esp-pinky.estranky.cz

Děkuji oběma musherkám za rozhovor. Přeju jim hodně úspěchů v sezoně, hlavně zdraví, jak jim, tak i psím partnerům.

Jarmila Halířová ■

www.canicross.nolimit.cz

Foto: Kateřina Krausová, Kalina Stawnicka, Vendula Pekárková, Filip Chludil