

Vítkovická atletka Romana Grómanová závodí, vede přípravku a myslí na profesní budoucnost

Trénovat děti je přece krásné poslání

o lidech s lidmi



Sportovní vlohy podědila Romana Grómanová po rodičích. Od mala ji bavily hlavně míčové hry. Z rodných Dolních Životic se dostala na základní školu se sportovním zaměřením do nedaleké Opavy. Ve všestranné přípravě nechýběla atletika. Po vážném ledvinovém onemocnění se zdálo, že je se sportem konec. Jednou nohou už byla na ekonomce, když jí lékaři dali novou naději. Rozhodla se rychle a srdcem! Prvního září se hlásila na Sportovním gymnáziu Emila a Dany Zátokových v Ostravě-Zábřehu.

Zrození vrhačky

Uběhlo deset let. Romana odmaturovala, absolvovala stavební fakultu Vysoké školy báňské, stala se jednou z nejlepších atletek České republiky v hodu kladivem. „Na základce v Opavě jsem netušila, že se jednou budu věnovat vrhačským disciplínám,“ vzpomíná 25letá členka atletického oddílu SSK Vítkovice. „Já nikdy nebyla štíhlá jako proutek, ale docela mi šly i sprinty. Zlom nastal na gymnáziu v Ostravě, po přestupu do Vítkovic. Dostala jsem se do vrhačské skupiny trenéra Vladimíra Lindovského. V osmnácti přišlo třetí místo na juniorském mistrovství ČR. Za dva roky jsem poprvé přehodila 60 metrů.“ Její současné osobní maximum v kladivu je 61,75 m. Koulí a disk bere jako doplňkové disciplíny. Ale i v nich pravidelně získává extraligové body pro vítkovický klub. Na letošním domácím halovém šampionátu se ve vrhu koulí díky

osobnímu rekordu 14,69 m stala vicemistryní republiky, na letním MČR v Třinci byla ve stejné disciplíně třetí, v kladivu těsně čtvrtá.

Jméno Grómanová figurovalo ve startovní listině čtyř posledních závodů v hodu kladivem na Zlaté třetě. Byť skončila vždy v poli poražených, házet z jednoho kruhu se světovou rekordmankou Polkou Włodarczykovou nebo mistryní světa Němkou Heidlerovou, to byl panečku zážitek!

Se lvíčkem na prsou

S atletikou procestovala řadu zemí. Nejdále byla v anglickém Manchesteru, kde reprezentovala při mezinárodním utkání s Velkou Británií, Francií a Španělskem. Když se zeptáte na atletické vzory, jen zakrouží hlavou. Každá kladivářka má jinou techniku. Poučit se to ano, ale kopírovat? Chce zůstat svá. Týmová hráčka, která tvrdí: „Z úspěchů kamarádů se raduji jako ze svých. Nadchlo mě

třeba vítězství Denisy Rosolové na čtvrtce při letošní Třetě.“

Bohaté závodnické zkušenosti si Romana nenechává pro sebe. Předává je jako vedoucí trenérka vítkovické přípravky nejmenším adeptům královny sportu od 5 do 11 let. Před dvěma lety si pustila pusku na špacír, což se jí prý stává často, před trenérem mládeže panem Černým. Zrovna mu odešly dvě trenérky. „Když nikoho neseženete, já to klidně zkusím,“ prohodila atletka a brzy byla ruka v rukávě. Pro práci s dětmi má ty nejlepší předpoklady. Je kamarádká, ale umí i přitvrdit. Ví dobře, že ke každému je třeba přistupovat individuálně. A to v SSK Vítkovice a na ZŠ Dvorského v Hrabůvce pracují s téměř dvěma stovkami dětí!

Hra v pohybu

„Do přípravky bereme každého. Neřešíme talent ani fyzické předpoklady. Naším úkolem je rozvíjet všestranné pohybové schopnosti jednotlivce. Děti u nás hrajou formou zvládnou základy míčových her, gymnastiky, základních atletických činností. Žádná atletická dráha jen travnaté plochy. Dbáme na to, aby se děcka tzv. nepřetřenovala. Je to těžká, ale krásná práce. Spíše poslání,“ zdůrazňuje trenérka.

V květnu se přípravka zúčastnila korespondenční soutěže Kids Athletics. Výkony dětí ve třech disciplínách (slalomovém běhu, skocích na žíněnce a hodu medíkem – malým medicínabalem) hodnotili na Českém atletickém svazu. Výsledek? Mezi dvěma a půl tisíci žáky z 52 oddílů ČR skončily první SSK Vítkovice! Trenéři přípravky se chtěli podělit o radost

z cenného úspěchu se svými svěřenci i jejich rodiči. Před prázdninami pozvali na stadion, kde jim v ráno zábavného odpoledne předvedli vítězný pohár. Vydařilo se i srpenné týdenní soustředění v Kunčičích.

Když kladivo uletí

Vrhačské atletické disciplíny jsou do rýhů. Tuny navzpírané v polovně, trénink dynamiky, rychlostní techniky. Když Romanu potkáte, ani byste neřekli, že čtyřkilové olově náradí dokáže poslat na druhou polovinu hřiště. Pohledná mladá žena, za kterou se otočí nejen mužský. Při 170 centimetrech nemá typicky vrhačskou postavu. Být to o deset čísel vyšší, asi by házela. To, co jí příroda nenadělala na fyzických parametrech, musí dohánět technikou a rychlostí. O dopingu, který je nejen v atletice problémem, říká: „Moc tomu nerozumím, ani rozumět nechci. Jak budu házet, poznám podle toho, v jaké pohodě se ráno vzbudím. U mě je to spíše o hlavě. Letos jsem se cítila na 60 metrů, ale vyšla z toho série šedesátek. Čekám, až mi to pořádně uletí.“

Jen co povinnosti dovolují, každý volný víkend se vrací do Dolních Životic. Za rodiči, kteří v téměř 1000 obyvatelové obci provozují vlastní uzenářství, mladším bráchou Rostkem. Kvůli němu je fanouškem místního fotbalového klubu. Inu, sportovní rodina. Většinu času ale tráví v Ostravě. Zvykla si, vždyť tady žije už deset let. Nemůže si vynachvátit bydlení u hodné paní domácí v pronájmu ve Svinově. Většinu času stejně tráví na stadionu. Atletická Vítkovice, to je taková jedna velká rodina. Kontakty udržuje i se spolužáky z vysoké školy. Někdy se posedí na zahradě, něco ugriluje, jindy zase vyrazí za kulturou.

Stavařina mě baví

Letos třetí kladivářka České republiky a trenérka mládeže druhé třídy se nevěnuje jenom atletikou. Od března pracuje na zkrácený úvazek ve firmě Therm. „Obor stavebnictví jsem vystudovala, baví mě, chci ho dělat,“ plánuje stavební inženýrka se specializací na technická zařízení budov a prostředí staveb. „Zatím zaměřením i atletiku stíhám, ale vím, že v dohledné době budu muset rozhodnout. Nejsem taková hvězda, aby mě závodění uživilo. Volba jistě padne na stavařinu. U atletiky, třeba jako trenérka, bych ale chtěla zůstat. Bez sportování, pohybu a kolektivní práce bych nemohla být,“ dodává Romana Grómanová. **Libor Vidlík**

