

∴ FENOMÉN TRIATLON

Triatlon patrí k najmladším športovým odvetviám. História vzniku siaha do šesťdesiatych rokov minulého storočia, konkrétne do roku 1964 do amerického San Diega, kde sa uskutočnilo prvé podujatie, ktoré zahŕňalo do jednej súťaže plávanie, cyklistiku a atletiku.

Od konca 60-tych rokov sa zároveň začína výraznejšia propagácia vytrvalostných športov, známy je vytrvalostný zdravotný program amerického lekára **Kenetha Coopera** z roku 1968. Od začiatku 70-tych rokov vytrvalostní športovci začínajú kombinovať rôzne športové odvetvia, z ktorých najznámejšie je podujatie vo Švédsku „*Svensk Klassikerr*“. Zahŕňalo štyri športy, ktoré bolo treba absolvovať počas jedného kalendárneho roka – preteky v cyklistike, behu, plávaní a bežkovaní.

V tomto čase sa začínajú v USA organizovať podujatia zložené len z plávania, behu a cyklistiky. Skutočný začiatok triatlonu sa však datuje do roku **1978**. Na základe obyčajnej krčmovej stávky miestnych štangastov sa triatlon reálne rozbehol na Havaji. V stávke išlo o to, ktorý športovec – či plavec, cyklista, alebo maratónec je lepším, všestrannejším športovcom.

Kapitán amerického námorníctva **John Collins** sa na základe tejto stávky rozhodol spojiť tri tradičné podujatia v týchto športoch na Havajských ostrovoch. išlo o preteky v plávaní na 2,4 míle, v cyklistike na trati dlhej 112 míľ a klasický maratónsky beh v dĺžke 26,2 míle. V kilometroch to bolo **3,86-180,2-42,2**. J. Collins zorganizoval tieto preteky 18. februára 1978 a nazval ich **IRONMAN**.

Toto bol reálny vznik triatlonu. Na štarte bolo 15 pretekárov, rovnako aj v nasledujúcom roku. Od roku 1980 sa však počty štartujúcich neuveriteľne dvíhali. V súčasnosti je **IRONMAN Hawaii** označovaný ako majstrovstvá sveta v Ironmane. Štartuje na nich vybraných približne 2000 triatlonistov z celého sveta, ktorí sa na Havaj kvalifikujú z podujatí, organizovaných po celom svete.

Dĺžky klasického Ironmana sú - 3,8 km plávanie, 180 km cyklistiky a 42,2 km behu. Tieto parametre neumožňovali štartovať na podujatiach každému, preto sa hľadali prijateľnejšie vzdialenosti. Tak vznikol šport pod názvom triatlon a vzdialenosti sa ujednotili v objemoch **1500 m plávanie, 40 km cyklistika a 10 km beh**.

Svetová triatlonová únia bola založená v roku 1989 a už v roku 1994 bol triatlon zaradený do programu **Olympijských hier**. Iba 5 rokov od založenia medzinárodnej federácie po zaradenie do programu Olympijských hier znamená, že triatlon je najprogressívnejší šport, ktorý za rekordných 5 rokov získal štatút olympijského športu. Takýto rýchly postup od vzniku po zaradenie do programu nezaznamenalo žiadne iné športové odvetvie.

Na územie vtedajšieho Československa sa podujatie železných mužov dostalo rýchlo. Dokonca

tak rýchlo, že Československo sa stalo iba druhou krajinou na svete vôbec, kde sa triatlonové podujatie organizovalo! Bolo to v Čechách, na **Slapskej priehrade v Přední Hluboké** dňa 20. júna 1980. Podujatie bolo zorganizované na základe článku v Československom sporte, ktorý informoval tradične negatívnym spôsobom o novom kapitalistickom výstrelku, ktorý v Amerike pod názvom **Železný muž** ohrozuje zdravie ľudí. Niekoľko rokov vtedajšia československá tlač pravidelne informovala športuchtivé občianstvo o obrovských negatívnych vplyvoch tohto buržoázneho športu na zdravie človeka.



Prvé triatlony na Slovensku sa konali v roku 1983 v Hriňovej, Piešťanoch, Prešove a v Bratislave.

Prvé oficiálne majstrovstvá Slovenska sa uskutočnili v Senici 30. júla 1988 a prvými majstrami Slovenska sa stali Miroslav Kriško z Prievidze a Mária Töröková z Levíc.

Prvými olympijskými víťazmi sa stali Kanaďan Simon Whitfield medzi mužmi a Švajčiarka Brigitte McMahon medzi ženami.

V súčasnosti je triatlon *multišportovým odvetvím*, dáva možnosti vyžitia sa prakticky všetkým záujemcom o šport. O výrazne sa zvyšujúcej popularite svedčia aj čísla z ostatných troch sezón. Kým dlhé roky bolo jediné podujatie schopné prekročiť hranicu 200 štartujúcich (Senecký triatlon), v súčasnosti preteky v Bratislave a v Žiline prekonávajú hranicu *500 štartujúcich*. Pritom napr. organizátori podujatia v Zuberco, kde štartuje približne 300 pretekárov, obmedzujú zvyšovanie štartujúcich a ich záujem je minimálne dvojnásobný.

Triatlon (objektívne treba povedať, že nielen triatlon, ale napr. aj beh) v ostatných 3 - 4 rokoch láka stále nových a nových záujemcov. Máte dobré plávanie, cyklistiku aj beh? Vyskúšajte TRIATLON. Je to oficiálna olympijská disciplína a preteká sa na objemoch **1,5 km plávania, 40 km cyklistiky a 10 km behu**. Ak ste zdatný vo všetkých troch častiach triatlonu, ale ešte si na tieto vzdialenosti netrúfate, môžete si vyskúšať **šprint triatlon (0,75-20-5)**. Najzdatnejší môžu skúsiť aj **stredný, resp. dlhý triatlon (Ironman)**. Tu sú objemy spravidla **1,9-90-21,1, resp. 3,8-180-42,2**. ITU má trochu odlišné objemy.

Ak niekto nie je dobrým plavcom, ale vyžíva sa v behu a má rád aj cyklistiku, môže skúsiť **DUATLON (beh-cyklistika-beh)**. Aj duatlon sa člení na náročnejšie a menej náročné objemy - **krátky duatlon 10-40-5, šprint duatlon 5-20-2,5**, ale preteká sa aj na dlhých vzdialenostiach,

ktoré však nie sú konštantné. Tradičné MS vo švajčiarskom Zofingene sa jazdia na objemoch **10-150-30**.

Dobří plavci a bežci si majú možnosť zapretekať v športe zvanom **AKVATLON**, teda v disciplíne triatlonu, v ktorej vďaka Richardovi Vargovi máme dva tituly majstra sveta. Tu sa preteká na objemoch **1 km plávanie a 5 km beh**.

Všestranne zdatný záujemca, ktorý však preferuje jazdu na horskom bicykli, si môže vyskúšať **KROS TRIATLON**, ktorý sa jazdí v prírode. Preteká sa na objemoch **1 km plávanie, 25 km horská cyklistika a 8 km beh**.

Pokiaľ sa niekomu zdá letná sezóna krátka, môže si ju predĺžiť aj na zimu. **ZIMNÝ TRIATLON**, ktorý má stále olympijské ambície, sa organizuje spravidla na objemoch **6/8-8/12-8/12 (beh-horská cyklistika-beh na lyžiach)**.

Prídte si vyskúšať svoju fyzickú zdatnosť na niektoré z podujatí organizovaných Slovenskou triatlonovou úniou:

triatlon

18. a 0,75-20-5 Bratislava
 19.05. 0,35-8-2,5 Bratislava (mix štafety)
 25.05. 0,75-20-5 Senec
 25.05. 1,9-90-21,1 Senec
 22.06. 0,75-20-5 Dvory nad Žitavou
 29.06. 1,5-40-10 Ďanová
 29.06. 0,75-20-5 Ďanová
 06.07. 0,75-20-5 Hurbanovo
 13.07. 1,9-90-21 Bátovce
 03.08. 3,8-180-42,2 Piešťany
 10.08. 1,5-40-10 Levočská dolina
 17.08. 1,5-40-10 Žilina
 07. a 0,75-20-5 Bratislava
 08.09. 1,5-40-10 Bratislava

27.04. 5-20-2,5 Dvory nad Žitavou
 04.05. 5-20-2,5 Prieipasné
 11.05. 5-20-2,5 Kravany
 12.05. 5-20-2,5 Martin
 08.06. 10-40-5 Levočská dolina
 08.06. 5-20-2,5 Levočská dolina
 14.09. 10-40-5 Krompachy
 14.09. 5-20-2,5 Krompachy
 15.09. 5-20-2,5 Košice

duatlon

29.06. neznámy Rajec
 20.07. 2-50-12 Zuberec
 18.08. neznámy Žilina
 31.08. neznámy Stará Myjava

kros

akvatlon

20.04. 1-5 Turčianske Teplice
 26.05. 1-5 Bratislava
 16.06. 1-5 Nitra

24.08. 1-5 Košice
 01.09. 1-5 Piešťany