

## ULTRA TRAIL NENÍ PRO BÁBOVKY

### Na Dynafit Ultra Campu vyučovali ti nejlepší

*VYSOKÉ TATRY – Červen patřil horskému běhu. Nejenže se uskutečnil jeden z největších závodů trailové sezóny v Čechách Lysohorský Ultratrail, ale také se 22. až 25. června 2023 konal Dynafit Ultra Camp. Víkendový kurz pro pět vybraných běžců, kteří už mají něco za sebou, ale nebojí se nových výzev a chtějí zlepšit svou běžeckou úroveň. Vysoké Tatry, Sliezský Dom, kopce, dřina, déšť i sluníčko a trénink pod vedením party špičkových atletů. I tak by se Ultra Camp dal shrnout!*

Od lyže po čelenku. Dynafit je značka, která má ve světě zimních horských vytrvalostních sportů již roky své jméno. S každou letní běžeckou sezónou se však značka Dynafit stále více etabluje i ve světě běhu v terénu: na trailech, v kopcích, v horách. Jak je jejím zvykem, vybavuje atlety vším potřebným od hlavy až k patě, a to jak pro krátké běhy (produktová řada SKY), střední distance (řada ALPINE), tak i pro ty nejdelší a nejnáročnější výkony na trasách ULTRA. Vybavení pro tyto často extrémní aktivity musí splňovat ta nejnáročnější kritéria: být lehké, pohodlné, a hlavně stoprocentně funkční. Jak nejlépe dokázat, že produkty Dynafit všechny tyto požadavky beze zbytku splňují? Samozřejmě přímo v akci v terénu!

### Zájem o camp byl extrémní

„Rozhodli jsme se oslovit veřejnost a pozvat několik zkušenějších běžců, aby spolu s námi, co za značkou stojíme, vyrazili na Dynafit Ultra Camp ve Vysokých Tatrách. Do místa, které je pro ultra přímo stvořené! Od prvního okamžiku jsme chtěli udělat špičkovou akci v top horské běžecké destinaci, s výjimečným zázemím hotelu a nabitým programem, který by účastníky posunul v běhání na další level. Smyslem bylo nechat běžce otestovat veškeré potřebné vybavení i předat zkušenosti, jak běhat ještě lépe nebo kdy a jak naopak regenerovat. To vše v příjemném duchu a atmosféře, tak, aby zážitek byl samozřejmě pozitivní, ale hlavně nezapomenutelný. Počet obdržených přihlášek nás velmi pozitivně překvapil a sám o sobě napovídá, jak nadšení jsou Češi a Slováci do ultra trailu. Finální výběr z téměř sto padesáti zájemců proto nebyl jednoduchý! Máme dojem i ohlasy, že se vše povedlo na jedničku.“ říká Klára Nová, marketingová specialistka Dynafitu, běžkyně a hlavní organizátorka Ultra Campu.

Program byl nabitý. Na účastníky čekalo několik společných tréninků a výběhů, prezentace a workshopy, ale i wellness nebo jen prostý pokec u večeře i kávy. Pod vedením zkušeného trenéra Radka Civiše běžci pilovali techniku: běžeckou abecedu i ostré seběhy v členitém tatranském terénu včetně sněhu. Fyzioterapeutka vrcholových slovenských atletů Veronika Vnenčáková zase radila, jak se správně (ne)protahovat, napravovala nesprávné pohybové stereotypy i tejpovala případné bolístky. Braňo Behul z Hammer Nutrition seznámil účastníky se zásadami a principy stravování při ultra výkonech. Lenka Poláčková (Vacvalová), která pár

dní před akcí přeběhla po Via Alpina celé Alpy z východu na západ (2123 km za 39 dní), byla mnohým i v mnohém skutečnou běžeckou inspirací. Tatranci na domácím hřišti Matúš Vnenčák s Tomášem Repkou byli zase vpravdě nejpovolanějšími průvodci na trase již legendárního běžeckého ultra závodu Tatranská Šelma. S tím se mimochodem během dvoudenního programu mohli všichni účastníci popasovat. Dle slov Matúše „Tatranská šelma požuje (sežvýká) každého. Nás ale naštěstí nesežrala a nakonec vyplivla!“. Nejdůležitějšími účastníky campu ale byli samozřejmě jeho účastníci z řad přihlášených běžců, kterým patří velké poděkování za spoluutváření skvělé atmosféry a pozitivní feedback.

### **Rozdávaly se rady i odvaha**

„Ultra Camp mi poskytl mnoho nových informací, či sa to týka techniky behu, štýlu tréningov, ako sa zlepšiť, ako si hlavne nastaviť svoju hlavu na preteku. Taktiež vďaka našej milej fyziológie sme sa naučili ako najlepšie regenerovať alebo ako sa rozvíjať pred behom či zlepšiť svoju mobilitu. Taktiež sme dostali cenné rady od Hammer nutrition ako vhodne podporiť náš výkon. Ale hlavne mi camp dodal odvahy. Dodal mi odvahy nebáť sa skúsiť nové veci, odhodlať sa na niečo, čím si nie som istý, že zvládnem a mám z toho strach, aj keď je to mojím snom. Pomohol mi viac si veriť, nebáť sa výjsť zo svojej komfortnej zóny, a tak si plniť svoje sny a to teda zabehnúť moje prvé ultra,“ říká , jedné z účastnic kempu Veronika Staňová.

Úspěšnost celé akce patrně nejlépe podtrhuje fakt, že se všichni horští nadšenci mohou už dnes těšit na obdobou akcí druhé ze značek skupiny Oberalp Group. Další z kempů proběhne na začátku října, tentokrát pod patronací firmy Salewa. Jeho hlavní náplní bude ukázat všem outdoorovým rekreativním, že se nemusí bát pořádného horského dobrodružství. Více již brzy na [www.mountainbrands.cz](http://www.mountainbrands.cz)

- 
- Tiskovou zprávu včetně fotografií najdete na: [www.mountainbrands.cz/press](http://www.mountainbrands.cz/press)
  - Rozhovory s účastníky Dynafit Ultra Campu můžete najít na: [www.mountainbrands.cz/magazin-clanek/foto-report-z-dynafit-ultra-campu-jak-kemp-probihal-a-kdo-se-ho-zucastnil](http://www.mountainbrands.cz/magazin-clanek/foto-report-z-dynafit-ultra-campu-jak-kemp-probihal-a-kdo-se-ho-zucastnil)

### **Za Salewa Czech and Slovakia**

Karel Glogar  
Marketing Manager, Czech Republic, Slovakia & Hungary  
+420 604 382 811  
karel.glogar@oberalp.com  
www.oberalp.com

