

STANOVIŠTĚ 8

POMNÍK EMILA ZÁTOPKA



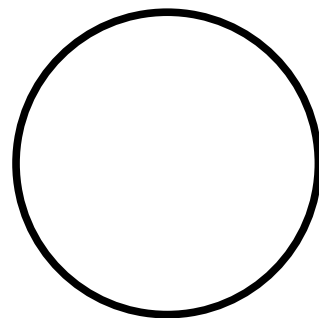
ZÁVOD PRAHOU
4. ŘÍJNA 2025

Jak se tváříte, když luštíte šifry? A víte, jak se při pekelném soustředění tvářil **Emil Zátopek**? Obličej míval při běhu tak ztrápený a pokřivený, že se mu prý říkalo i Emil Hrozný. „*To víte, není to gymnastika nebo krasobruslení,*” říkával na to.

Zátopek byl prvním člověkem na světě, který uběhl 10 km pod 29 minut a 20 km pod jednu hodinu. Celkem světových rekordů vytvořil třináct na kilometrových a pět na mílových tratích. Z olympijských her přivezl celkem pět medailí.

Jedním z klíčů k Zátopkovým úspěchům byly jeho intenzivní tréninkové metody – svůj trénink ušil sám sobě na míru a rozhodně na sebe nebyl měkký. Po čtyřsetmetrových úsecích byl schopen v rámci běžného tréninku naběhat i hodně přes 50 km denně. Dnes můžeme říct, že byl v podstatě průkopníkem intervalového tréninku.

Bronzová socha běžícího Emila Zátopka byla vytvořena v roce 2002. Od roku 2021 zdobí zahradu Českého olympijského výboru.



Nesouvisí se hrou:

Prosíme, nestrhávejte tento papír. Ihned po skončení hry, nejpozději 5. 10. 2025, bude organizátory akce odstraněn. Nekažte, prosím, naši zábavu. Děkuje za pochopení!

za organizátory Pytlák-Rumík (+420 739 761 229)