

„Cíle jsem si nastavil hodně vysoko,“ říká rekordman

07.08.2026

Maxim Strangmüller (15) se věnuje triatlonu a atletice. Trénuje na ZŠ Jeseniova. Letos na sebe upozornil novým národním rekordem v běhu na 3 000 metrů.



Jak jste se dostal k atletice a co vás na běhání nejvíc baví?

K atletice jsem se dostal díky ZŠ Jeseniova, kam chodím do sportovní třídy. Už předtím jsem ale trénoval běh kvůli triatlonu. Přivedl mě k němu můj táta, který se triatlonu věnoval na profesionální úrovni. Lásku k běhání ve mně probudil můj bývalý trenér Vladimír Korbel.

Trénujete v SK Jeseniova. Jak vypadá váš běžný tréninkový týden?

Obsahuje minimálně dva tréninky denně. Ve škole máme sportovní přípravu v pondělí a ve středu, v úterý a ve čtvrtek máme dvě hodiny tělesné výchovy. Kromě toho chodím třikrát týdně plavat, třikrát běhat a dvakrát týdně jezdím na kole.

Letos jste zaběhl nový národní rekord na 3 000 m. Můžete nám ten závod přiblížit? Jak jste se cítil před startem?

V den závodu jsem se cítil opravdu dobře. Měl jsem čistou hlavu a nebyl jsem ve stresu. Asi deset minut před startem se ale kolem mě začali pohybovat fotografové a najednou jsem cítil větší pozornost, což mě trochu znervóznilo. Pak zazněl startovní výstřel a já se soustředil už jen na mezičasy.

V kategorii žactva jste překonal národní rekord starý 46 let. Na co jste v tu chvíli myslel?

Napadlo mě, že jsem splnil nejen svůj cíl, ale také slib, který jsem dal svému bývalému trenérovi Korbelovi. Bohužel už není mezi námi, ale slíbil jsem mu, že ten rekord jednou zaběhnu. V tu chvíli jsem nevěděl, jestli mám brečet, nebo se smát.

Co naopak považujete za své největší sportovní zklamání a co vás naučilo?

Nepřišlo v atletice, ale v triatlonu. Na mistrovství České republiky jsem nastupoval jako favorit. Po plavání se závod vyvíjel přesně podle plánu, ale na kole jsem měl pád a závod jsem nedokončil. Naučilo mě to, že nemusím jet na kole za každou cenu na hraně, když mám náskok. Někdy je lepší jet o trochu bezpečněji a do cíle vůbec dorazit.

Vrcholový sport obnáší i hodně cestování. Kam jste se zatím podíval?

Například do Keni, Malajsie a do mnoha evropských zemí. Je sice krásné být mistrem České republiky, ale pokud chce být člověk jednou mistrem světa nebo olympijským vítězem, musí se porovnávat se světovou konkurencí.

A na závěr — jaký je váš sportovní sen a cíl do budoucna?

Své cíle jsem si nastavil hodně vysoko, ale věřím, že jsou dosažitelné: vyhrát olympijské hry v triatlonu, stát se mistrem světa v triatlonu, vytvořit světový rekord na Ironmanu a zaběhnout maraton pod 2 hodiny a 10 minut.