

M-SR v ½ maratóné (Košice ,5.10.2025) – vyhodnotenie.

M-SR v polmaratóné z poverenia SAZ zabezpečoval Maratónsky klub Košice v spolupráci s mestom Košice v rámci MMM 2025.

Majstrovstvá Slovenska v polmaratóné v oboch hlavných kategóriách naplnili predštartovné predpoklady , keď rolu favoritov potvrdili a zvíťazili **Tibor Sahajda** a **Veronika Páleníková**.

Tibor Sahajda tvrdí, že už behá iba preto, lebo si bez toho nevie predstaviť svoj denný režim, ale to mu nebránilo v zisku už piateho titulu polmaratónskeho majstra SR. Tridsaťštyriročný Košičan si poň dobehol v čase **1:06:24 h (priemer 3:09/km, EQ M 2:18:58, 10 km 30:06, 5km 14:29)**. V tejto disciplíne triumfoval po rokoch **2013, 2018, 2019 a 2021**, pričom dosiahol svoj druhý najlepší výkon na M-SR po **1:05:24 z Bratislavy 2019**. Celkovo ide o 4. najlepší čas v histórii slovenských šampionátov.

„Dnes som si trúfal na víťazstvo. Vedel som, kto proti mne beží a na čo v tejto konkurencii mám, podľa tréningu som si veril na čas okolo 1:06:30. V lepších podmienkach bez vetra a proti silnejším súperom to mohlo byť aj o minútu rýchlejšie. Na to, že už behám iba popri práci, je to výborný výkon. Cítil som, že nemám toľko natrénované. Priznám sa, že už som mal aj krízu, v druhom kole by som asi znova ,vykapal'. Na maratón už nemám dostatok času, ani telo už nefunguje tak ako kedysi,“ reagoval trojnásobný maratónsky majster SR. Za svojím osobným rekordom z vlaňajšieho Košice Peace Half Marathon (**1:04:26**) zaostal o bezmála dve minúty, ale medzitým ho na 9 mesiacov vyradilo zranenie.



„Atmosféra bola výborná, až sa mi do očí tlačili slzy, keď som si spomenul, čo som tu zažíval v rokoch 2017, 2018, 2019. Nečakal som, že to dnes bude takéto emotívne. Ďakujem ľuďom, že ma povzbudzovali,“ dodal člen Cassovia Running Teamu. Svojím košickým triumfom „načal“ Sahajda už tretiu desiatku titulov v niektorej z bežeckých disciplín na domácom vrchole: 5000 m (2): 2019, 2020, 10 000 m na ovále (4): 2018, 2019, 2020, 2021, 10 km na ceste (5): 2018, 2019, 2020, 2021, 2022, polmaratón (5): 2013, 2018, 2019, 2021, 2025, maratón (3): 2018, 2019, 2021, kros vytrvalcov (2): 2018, 2019.

Zo striebra a nového osobného rekordu 1:08:31 sa tešil víťaz tohtoročného polmaratónu v rámci Bratislava Marathon **Ondrej Kubo** (BMSC Bratislava), bronz získal **Matúš Kozlovský** (Slávia STU Bratislava) za 1:08:53.



Veronika Páleníková sa v Košiciach radovala tretí rok za sebou – vlni aj predvlni tu oslavovala tituly maratónskej majsterky SR. Svoj tretí polmaratónsky ozdobil výborným výkonom a zároveň **novým osobným rekordom 1:14:08** (priemer 3:31/km, EQ M 2:35:04, 10 km 33:33, 5km 16:10). Zvíťazila s náskokom 6:32 min pred **Renátou Klamovou** (Behame.sk, 1:20:40) a najlepšou veteránkou **Ivetou Furákovou** (ŠK Detva v pohybe, 1:22:13).



Majsterka SR v maratóne 2023 a 2024 nadviazala na polovičnej trati na svoje triumfy z rokov 2018 a 2019, keď vyhrala ešte pod menom Zrastáková. Svoje osobné maximum z tohtoročného Košice Peace Half Marathon si zlepšila o 35 sekúnd.

„Vedela som, že je to môj posledný rýchly štart na ceste tento rok, išla som do toho s tým, že nemám čo stratiť, iba získať. Trošku som to teda rozbehla a podaril sa osobák. Košice mi sedia. Dobrá atmosféra, rýchla trať, veľa bežcov, s ktorými sa dá potiahnuť. Aj počasie dnes bolo ideálne. Prekonala som drobnú krízu na 18. kilometri, ale potom sa mi to ešte podarilo rozbehnúť,“ priblížila Veronika Páleníková, ktorá svoj ďalší maratónsky štart plánuje až na jar budúceho roka.

Dvadsaťdeväťročná zverenka Marcela Matanina sa postarala aj o **nový rekord šampionátu**, pričom aj doterajší patril jej: 1:16:42 z Bratislavy 2019. **Časom 1:14:08 sa navyše posunula na štvrté miesto slovenských historických tabuliek** za Ľudmilu Melicherovú (1:12:53), Katarínu Pejpkovú (1:13:26) a Alenu Močárovú (1:13:27).

Členka Bežeckej akadémie Marcela Matanina si tento rok vybojovala **štyri tituly na troch rôznych povrchoch**, celkovo ich má na konte už 11. V roku 2018 zvíťazila na 5000 m, v polmaratóne a v krose vytrvalkýň, v roku 2019 na 10 000 m a v polmaratóne, v rokoch 2023 i 2024 v maratóne a tento rok v **behu do vrchu, na 5000 m, na 10 km na ceste a v polmaratóne**.

Oba tímové tituly si v Košiciach vybojovali družstvá BMSC Bratislava.



Na M-SR štartovali takmer všetci poprední slovenskí bežci reprezentanti , okrem zranených , a nedoliečených po chorobách Ž.Naňová, L.Pelikánová a medailisti posledných rokov , ktorí uprednostnili iné štarty resp. prípravu na ďalšie preteky.

Výsledky M-SR v polmaratóne:

■ MUŽI

M-SR: 1. Tibor Sahajda (Cassovia Running Team) 1:06:24, 2. Ondrej Kubo (BMSC Bratislava) 1:08:31, 3. Matúš Kozlovský (Slávia STU Bratislava) 1:08:53, 4. René Valent (Behame.sk) 1:09:52, 5. Pavol Bakoš (Chebnice) 1:10:17, 6. Mário Košút (BMSC Bratislava) 1:10:37, 7. Lukáš Ďurec (MKŠS-AK Kysucké Nové Mesto) 1:10:59, 8. Jakub Jenčuš (Akademik TU Košice) 1:12:11

DRUŽSTVÁ: 1. BMSC Bratislava (Bakoš, Košút, Kubo/Polák) 3:29:25, 2. AO TJ Slávia Bratislava (Kozlovský, Tolkunov, Kocián/Tichý) 3:38:14, 3. AK AŠK Slávia Trnava (Puškár, Vician, Záhorec/Lišťjak) 3:41:19, 4. ŠKP Bratislava (Arnold, Hudák, Orawetz) 3:47:00, 5. Active life team Košice (Pošefko, Henček, Pálfi/Maťašovský, Maurer) 3:52:59

ŽENY

M-SR: 1. Veronika Páleníková (Bežecká akadémia Marcela Matanina) 1:14:08, 2. Renáta Klamová (Behame.sk) 1:20:40, 3. Iveta Furáková (ŠK Deva v pohybe) 1:22:13, 4. Petra Šuleková (ŠK ŠOG Nitra) 1:23:30, 5. Ivana Záškvarková (ŠKP Bratislava) 1:23:31, 6. Ema Podhorná (Slávia STU Bratislava) 1:24:19, 7. Monika Kusendová (Atletika Nové Mesto nad Váhom) 1:24:37, 8. Veronika Madlušková (MŠK Borský Mikuláš) 1:24:55

DRUŽSTVÁ: 1. BMSC Bratislava (Bednáriková, Beláková, Stopjaková) 4:25:03, 2. Zdravie v pohybe Lučatín (Betáková, Mácsaiová, Straňavská/Čellárová) 4:29:24, 3. AC Nové Zámky (Gašparíková, Šimunková, Tavačová/Kováčová) 4:33:48, 4. Active life team Košice (Henčeková, Kozáková, Tarbajová/Simonicsová, Zábojová) 4:36:15, 5. AK AŠK Slávia Trnava (Jánošová, Rakúsová, Rychtáriková/Genčurová, Kamodyová) 4:37:47

komplet výsledky sú dostupné na:

<https://statistika.atletika.sk/upload/251005%20ke%20m-sr%20v%20polmarat%C3%B3ne.pdf>

V Banskej Bystrici 7.10.2025

Pavel Kováč v.r.

reprezentačný tréner SAZ behov mimo dráhu

