



BORIS JANATA

Terénny triatlon je individuálny šport zahŕňajúci tri disciplíny – plávanie, horská cyklistika a terénny beh, ktoré je potrebné absolvovať tesne po sebe a úspech závisí od výkonu jednotlivca. Jeho krása spočíva v tom, že celý pretek si človek musí odmakať sám bez pomoci druhých a tu sa ukáže, kto na čo má a ako má natrénované. Máloktoľtrý šport tak silne motivuje k celoročnej vytrvalostnej príprave ako práve terénny triatlon. Tréningový proces, tak ako v každom inom športe, musí byť sústavným a dlhodobým športovým procesom, ktorého cieľom je rozvoj výkonnosti. Metodika prípravy na triatlon sa zakladá na rovnakých princípoch, ako príprava na vytrvalostné športové disciplíny s rozdielom, že jej úlohou musí byť dosiahnutie prispôsobivosti svalstva z jedného druhu pohybu na iný.



plávanie

horská cyklistika

terénny beh

plávanie

horská cyklistika

terénny beh



TRIATLON

☎ 0904 252 986

✉ janata.boris@gmail.com

BORIS JANATA

Dátum narodenia: 8. 6. 1994

Boris Janata – s terénnym triatlonom (plávanie – horská cyklistika – terénny beh) som začal v roku 2011.

V kategórii juniorov som v roku **2013** získal 3. miesto na majstrovstvách Slovenska a stal sa víťazom Slovenského pohára.

Rok 2014 – už som bol v kategórii mužov (prvý rok), kde som získal 2. miesto v Slovenskom pohári. Po menšej pretekárskej pauze v roku 2015, kde som absolvoval pomenej závodov a po zdravotných problémoch sa opäť vrátil do pretekárskeho diania v roku 2016.

Rok 2016 - Víťaz Slovenského pohára v kros triatlone a ocenenie na podujatí športovcov mesta Skalica.

Rok 2017 – 3. miesto na majstrovstvách Európy v kros triatlone, 1. miesto v nočnom plaveckom závode na majstrovstvách Európy, Majster SR v kros triatlone, 3. miesto na majstrovstvách SR v kros duatlone, Víťaz Slovenského pohára. V tomto roku som sa začal orientovať na Európsky pohár v kros triatlone svetovej série XTERRA a na prvom štarte obsadil 4. miesto a na ďalšom preteku 5. miesto.

V roku 2018 som sa naplno začal venovať pretekom na európskych pohároch, kde nižšie uvádzam viacero dosiahnutých umiestnení s účasťou na majstrovstvách sveta na Havaji, kde sa dá v ťažkej konkurencii kvalifikovať len z 1. alebo 2. miesta.

Mne sa to podarilo už na prvom preteku, ktorý som vyhral. Nasledovne som pretekal aj na ďalších pretekoch v Európe, kde som sa na každom kvalifikoval na MS Hawaii.

Rok 2019 – dobre rozbehnutý rok 2. miestom na najťažšom preteku Európskeho pohára v Európe – Xterra Italy, kde som doslova vybojoval 2. miesto a kvalifikoval sa na majstrovstvá sveta na Havaj. Avšak po návrate domov sa mi stal úraz (zlomená kostička na chodidle) a vynechal som podstatnú časť sezóny. Nevzdal som to a aj počas zranenia sa pripravoval ako sa dalo a do konca sezóny absolvoval zopár pretekov, kde som dosiahol pekné výsledky.

Rok 2020 – sezóna 2020 bola veľmi špecifická. Začiatkom roka som absolvoval prvé dva preteky a potom prišla nútená prestávka z dôvodov opatrení nepriaznivej situácie vo svete. Do pretekárskeho kolotoča som sa vrátil až v polovici júna a prvý mesiac platilo, čo pretek to pódiové umiestnenie.



NAJVÄČŠIE ÚSPECHY

Prvé triatlonové preteky som absolvoval u susedov v Českej republike, keďže na Slovensku sa väčšina podujatí zrušila. Pretekal som kde sa len dalo a tak som víkendy trávil na pretekoch, vždy dva preteky za víkend. Celú sezónu som sa snažil čo najlepšie pripraviť na vrchol sezóny, ktorým bol pretek európskeho pohára svetovej série Xterra Czech. V tomto roku bolo viacero pretekov zrušených a týkalo sa to aj pretekov Xterra – ostali len štyri a jeden z nich sa konal v Českej republike.

Nebola tak núdza o najväčšie triatlonové mená a silná konkurencia. Zišli sa tu pretekári z viacerých krajín: Talianska, Španielska, Veľkej Británie, Francúzska, Nemecka, Belgicka, Holandska, Dánska, Austrálie, Švajčiarska, Luxemburska, Rakúska, Poľska, domáca Česká republika a Slovensko. Celkovo štartovalo na hlavnom preteku 236 pretekárov. Mne sa doslova podarilo vybojovať 2. miesto vo vekovej kategórii muži 25-29 rokov, čím som zároveň získal miestenku na majstrovstvá sveta Xterra Hawaii 2021.

Rok 2021 – štart do sezóny 2021 mi vyšiel, keď som 2 z celkovo 3 pretekov v Českej republike absolútne vyhral a formu potvrdil aj v prvom preteku svetového a európskeho pohára XTERRA CZECH v Prachaticiach - druhým miestom som si zaistil účasť na majstrovstvách sveta XTERRA na Havaji.

Svojim výsledkom som sa kvalifikoval aj na pretek XTERRA SHORT TRACK, kde štartovalo 26 najlepších pretekárov a vysielaný bol v priamom prenose na ČT ŠPORT. O dva týždne už som pretekal na XTERRA France. V tejto náročnej sezóne som získal 3. miesto na XTERRA European Championship Germany a 3. miesto na Majstrovstvách Európy v Taliansku.

Rok 2022 - sezónu som začal na etapových pretekoch v kros triatlone v Taliansku – 5 triatlonov za 5 dní. V kategórii som obsadil 1. miesto a v celkovom hodnotení tímov sme obsadili 3. miesto. O mesiac neskôr som na Majstrovstvách sveta v kros triatlone v Rumunsku vybojoval 3. miesto.

Úspešný bol štart na trojdňových pretekoch v Rakúsku, ktoré som celkovo vyhral (3 preteky za 3 dni). Nasledovali majstrovstvá Slovenska v kros triatlone, kde som získal 3. miesto.

Sezónu som ukončil víťazstvom na preteku svetového a európskeho pohára XTERRA Sardínia, čím som sa zároveň kvalifikoval na XTERRA World Championship 2023.



NAJVÄČŠIE ÚSPECHY

ROK 2022:

3. miesto Majstrovstvá sveta v kros triatlone Rumunsko
(veková kategória muži 25-29 rokov)

3. miesto Majstrovstvá Slovenska v kros triatlone

1. miesto celkovo Trumer Triathlon Rakúsko (3 preteky za 3 dni)

1. miesto ELBA Irontour Cross MTB Triathlon Taliansko
(5 triatlonov za 5 dní - veková kategória muži 25-29 rokov)

1. miesto XTERRA Sardínia (veková kategória muži 25-29 rokov)
- kvalifikácia na Xterra World Championship 2023

Vítaz tímovej súťaže Český pohár v diaľkovom plávaní
s tímom OSP Hodonín

ROK 2021: KATEGÓRIA MUŽI

3. miesto Majstrovstvá Európy v kros triatlone Taliansko
(veková kategória 25-29 rokov)

2. miesto XTERRA Czech – kvalifikácia na Xterra World Championship
Hawaii 2021 (veková kategória 25-29 rokov)

3. miesto XTERRA European Championship Nemecko
(veková kategória 25-29 rokov)

9. miesto (veková kategória 25-29 rokov) XTERRA France

6. miesto XTERRA PRAHA (muži 20-29 rokov)

1. miesto - celkový víťaz Xtreme kros Triathlon Brušperk

1. miesto - celkový víťaz ŠÚTR kros triatlon Šumvald

3. miesto celkovo New Balance kros Triatlon Jedovnice

1. miesto veková kategória 20-29 rokov)

1. miesto (veková kategória 20-29 rokov) XC Cross Country Skalica

1. miesto celkovo Partizánsky kros triatlon Stará Myjava

2. miesto (muži 19-29 rokov) Stupava MTB Sprint

2. miesto MTB Gajarský Kovian (muži 19-29 rokov)

3. miesto (veková kategória 20-29 rokov) Morkovské Chlap

3. miesto (muži do 39 rokov) XC Cross Country Ružomberok

6. miesto (veková kategória 24-29 rokov) Trumer Triathlon Rakúsko



NAJVÄČŠIE ÚSPECHY

ROK 2020: KATEGÓRIA MUŽI

- 2. miesto** (veková kategória 25-29 rokov) XTERRA Czech – kvalifikácia na Xterra World Championship Hawaii 2021
- 1. miesto** celkovo Bystrica Run – Stupava Trophy – kros beh
- 1. miesto** (veková kategória 18-29 rokov/3. miesto celkovo) ŠUTR kros triatlon Šumvald
- 2. miesto** (veková kategória 20-29 rokov) Morkovské Chlap – kros triatlon
- 2. miesto** (veková kategória 20-29 rokov / 2. miesto celkovo) XC Duatlon Skalica
- 2. miesto** celkovo Partizánsky kros triatlon Stará Myjava
- 3. miesto** (veková kategória 20-29 rokov) New Balance kros Triatlon Jedovnice
- 3. miesto** (veková kategória 20-29 rokov) Xtreme kros Triathlon Brušperk
- 4. miesto** M-SR kros duatlon Rajec, M-SR kros triatlon Rajec
- 5. miesto** Diaľkové plávanie 10km Špinka
- 6. miesto** Monteria FAT BIKE RACE Góry Stołowe Poland (nočný prológ)
- 11. miesto** Monteria FAT BIKE RACE Góry Stołowe Poland

ROK 2019: KATEGÓRIA MUŽI

- 2. miesto** (veková kategória 25-29 rokov) Xterra Italy
- 5. miesto** (veková kategória 25-29 rokov) XTERRA Germany
- 3. miesto** celkovo SKY RACE Chopok - Jasná trail
- 18. miesto** (veková kategória 19-39 rokov) Carpathian MTB Epic Romania (4-dňový etapový MTB závod)
- 20. miesto** celkovo Monteria FAT BIKE RACE Góry Stołowe Poland
- 1. miesto** (kategória FATBIKE - muži bez rozdielu veku) MTB maratón Cannondale Kráľ Záhoria Skalica
- 1. miesto** (kategória FATBIKE - muži bez rozdielu veku) Stupava Winter Trophy
- 1. miesto** štafety (štafety-MTB) H-TRIATHLON Skalica
- 2. miesto** (veková kategória 19-39 rokov / 3. miesto celkovo) Beh na Dubeň
- 1. miesto** celkovo Triatlon Těmice
- 2. miesto** (veková kategória muži 20-29 rokov)
- 4. miesto celkovo** - Xterra Opava



NAJVÄČŠIE ÚSPECHY

ROK 2018: KATEGÓRIA MUŽI

7. miesto (veková kategória 20-24 rokov) Xterra World Championship Hawaii (celkovo 75. miesto z 698 pretekárov)

1. miesto (veková kategória 20-24 rokov) Xterra Romania (2. miesto v celkovom poradí vo vekových kategóriách) – kvalifikácia na Xterra World Championship Hawaii

1. miesto (veková kategória 19-29 rokov) plavecký závod Dracula Night Swim Rumunsko (1. miesto v celkovom poradí) - súčasť Xterra Romania

3. miesto (veková kategória 20-24 rokov) Xterra Poland

3. miesto (veková kategória 20-24 rokov) XTERRA European Championship Germany

4. miesto (veková kategória 20-24 rokov) Xterra Czech

1. miesto (kategória fatbike - muži bez rozdielu veku) MTB maratón Cannondale Kráľ Záhoria Skalica

1. miesto (kategória fatbike - muži bez rozdielu veku) Stupava Winter Trophy

1. miesto (celkovo) H-TRIATHLON Skalica

1. miesto (celkovo) XC Cross Country Skalica

1. miesto (celkovo) Kompava Beh Zdravia Lučina

2. miesto (celkovo) H-TRIATHLON Lučina

2. miesto (celkovo) XC Cross Country Lučina

2. miesto (celkovo) Morkniman Sprint triatlon

2. miesto (celkovo) Vinařský triatlon Němčičky

3. miesto (celkovo) XTREME Triathlon Brušperk

3. miesto (celkovo) a **1. miesto** (kategória muži do 30 rokov vrátane)

Mezi Vinohrady-MTB maratón Němčičky

ROK 2017: KATEGÓRIA MUŽI

3. miesto (vek. kategória 20-24 rokov) ME v kros triatlone Rumunsko

1. miesto (vek. kategória 19-29 rokov) plavecký závod Dracula Night Swim Rumunsko - súčasť festivalu Transilvania European cross festival 2017 Rumunsko

1. miesto M-SR v kros triatlone

3. miesto M-SR v kros duatlone

4. miesto (veková kategória 20-24 rokov) Xterra Poľsko

5. miesto (veková kategória 20-24 rokov) Xterra Nemecko

Vítaz Slovenského pohára v kros triatlone

1. miesto v celkovom poradí Hertlsport Extrem Tour (seriál pretekov pozostávajú z terénnych triatlonov, MTB maratónu a XC Cross Country)

1. miesto (kategória fatbike - muži bez rozdielu veku) MTB maratón Cannondale Kráľ Záhoria Skalica

2. miesto (veková kategória muži do 39 rokov) Žilinský kros triatlon (Slovenský pohár v kros triatlone)

1. miesto (celkové poradie) Vinařský triatlon Němčičky (ČR)

1. miesto (celkovo) H-TRIATHLON Lučina

2. miesto (celkovo) H-TRIATHLON Skalica

3. miesto (celkovo) H-TRIATHLON Šaštín

3. miesto (celkovo) H-TRIATHLON Borský Mikuláš

3. miesto (kategória muži 20-29 rokov) XC Cross Country Skalica

3. miesto (celkovo) a **3. miesto** (kategória muži 23-39 rokov) XC Cup Napajedla

3. miesto (celkovo) a **2. miesto** (kategória muži do 30 rokov vrátane) Mezi Vinohrady-MTB maratón Němčičky

NAJVÄČŠIE ÚSPECHY

ROK 2016: KATEGÓRIA MUŽI

Vítaz Slovenského pohára v kros triatlone

- 1. miesto** v celkovom poradí Hertlsport Extrem Tour
- 2. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Borský Mikuláš
- 2. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Lučina
- 2. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Skalica
- 3. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Šaštín
- 3. miesto** (muži do 30 rokov)
MTB maratón Mezi Vinohrady Nĕmčičky (ČR)
- 3. miesto** (celkovo) Rajecký májový cross duatlon
- 2. miesto** (kategória muži 20-29 rokov) XC Cross Country Skalica
- 3. miesto** (muži 16-29 rokov) X-Triatlon Šternberk

Športovec roka 2016 Skalica

ROK 2015: KATEGÓRIA MUŽI

- 1. miesto** v celkovom poradí Hertlsport Extrem Tour
- 1. miesto** (kategória muži 20-29 rokov) XC Cross Country Skalica
- 2. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Lučina
- 3. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Borský Mikuláš
- 3. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Skalica

ROK 2014: KATEGÓRIA MUŽI

- 2. miesto** Slovenský pohár v kros triatlone
- 1. miesto** v celkovom poradí Hertlsport Extrem Tour
- 2. miesto** (celkové poradie) Vinařský triatlon Nĕmčičky (ČR)
- 2. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Skalica
- 3. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Borský Mikuláš
- 3. miesto** (celkovo) H-TRIATHLON Senica

ROK 2013: KATEGÓRIA JUNIORI (15-19 ROKOV)

Vítaz Slovenského pohára v kros triatlone

- 3. miesto** M-SR v kros triatlone
- 2. miesto** Rajecký Cross Triatlon
(Slovenský pohár v kros triatlone)
- 3. miesto** v celkovom poradí
Hertlsport Extrem Tour



SPONZORI



- Vlastimil Hynčica - Cykloservis • Ján Gabaj • Pavel Štepka
- Želmíra Komorechová • Zdeněk Dvořák • Tibor Malík
- Peter Hertl junior a senior

