

# Newsletter

---

I 01  
2025





## Zimní gravel

Už jsem se nemohl dočkat, až se zase vše po Vánocích a Novém roce naplno rozběhne. Ze světového šampionátu na Novém Zélandu jsem se vrátil jen několik dní před Štědrým dnem a přeci jen na téměř 14 dní volna nejsem zvyklý. Naštěstí počasí nebylo extra chladné a dalo se alespoň trochu jezdit na gravelu, díky čemuž jsem se patrně nezbláznil, protože jsem zkrátka zvyklý být neustále v jednom kole, nebo na kole!



## Podcast: Přes Příkop

První akcí letošního roku bylo natáčení Sportovního podcastu Přes Příkop s moderátory Matějem Machytkou a Zdeňkem Haníkem. Moderátoři samotný projekt popisují, jako podcast překračující hranice sportu. Místo pro příběhy, které mají sílu inspirovat a hosty, co stojí za to slyšet. S trenéry, sportovci a dalšími osobnostmi rozebírají do hloubky sportovní zákulisí a jejich životní příběhy. Mám velkou radost z natáčení, protože jsme si ho všichni náramně užili a věřím, že i vám se bude podcast líbit!

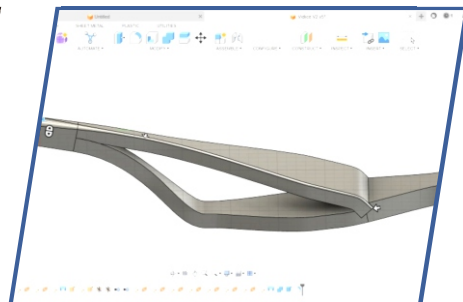
**POSLECHNOUT ZDE**

## Motivační workshop T-SOFT

Se společností T-SOFT spolupracuji již téměř 20 let a právě tato společnost za mnou stála od prvních kilometrů mé cyklistické kariéry až po zisk titulu světového šampiona v ironmanu na Havaji. Byť se známe už tak dlouho a před několika lety jsme spolu dokonce realizovali i mou autobiografickou knihu *Po hlavě a nadoraz*, tak jsem ve společnosti nikdy neměl žádný motivační workshop. Až nyní! Přiznám se, že potom všem, co jsme spolu prožili jsem byl nervózní, ale jen do momentu, než jsem začal mluvit. Pak můj téměř 2hodinový výstup utekl jako voda a všichni byli spokojeni. Zvládl jsem to a moc jsem si to užil!

## PrusaLab

Začátkem ledna jsem zahájil spolupráci s PrusaLab, prototypovou dílnou Josefa Průši, která prozkoumává hranice digitální fabrikace, vyvíjí a podporuje inovativní projekty a vzdělává veřejnost. Celou loňskou sezónu jsem odjel na vlastních karbonových prototypích přední vidlice handbiku. Vše sice fungovalo a na vlastní vybavení se dalo spolehnout, nicméně v samotné stavbě a konstrukčním řešení je možné ještě několik věcí vylepšit, a právě v PrusaLabu mi pomáhají s 3D modelací a následným tiskem prototypů pro tvarové zkoušky. Zatím jsme na začátku, ale věřím, že ještě během první poloviny roku můžeme mít připravená data pro výrobu inovované karbonové vidlice.



## Monoski Špindlerův mlýn

Mezi českými celebritami se říká, že kdo nezahajuje sezónu ve Špindlu, jako by nebyl. No nevím, ale snad po 15 letech od mých lyžařských začátků jsem se na víkend vrátil na místo činu. Je hrozné, jak ten čas letí! Během lyžovačky jsem zvládl pozdravit kamarády z Centra handicapovaných lyžařů, zavzpomínal jsem, vyfotil se a snad se i trošku rozjezdil. Přestože se sjezdovému lyžování systematicky nevěnuji, možná bych mohl a nevyklučuji, že si někdy závody vyzkouším, uvidíme!



## Podcast: Stejní, ale jiní!

Během vánočních svátků nebylo do čeho píchnout a do nového roku jsem se doslova vtrhnul s maximálním nasazením! Koncem ledna jsem byl hostem podcastu Českého paralympijského výboru Stejní, ale jiní. Natáčení mám obecně rád a rozhovory mě baví. Přeci jen vyvolávají emoce a věřím, že nejsou tak neosobní jako psané rozhovory pro tisk. Navíc s moderátorem Matějem Novým jsme si skvěle popovídali, tak snad si to i vy užijete, jako my!

**POSLECHNOUT ZDE**

## Nový web

Moje první webové stránky vznikly již na začátku mé sportovní kariéry téměř před dvaceti lety. A jak jsem postupně rostl jako člověk a sportovec, profesionalizoval se také můj web. Mám velkou radost, že vám nyní mohu představit své nové webové stránky a věřím, že se vám budou líbit. Myšlenku nového webu jsem zhruba poslední rok nosil v hlavě, ale až osobní setkání s týmem LD Studia dalo věci do pohybu a po několika týdnech intenzivní spolupráce je web spuštěn na oficiální doméně, tak neváhejte a běžte se podívat!

**HONZATOMANEK.COM**

## Prototyp klik na handbike

Ve spolupráci s PrusaLab se mi koncem února podařilo domodelovat 3D model klik na handbike. Ten jsme následně vytiskli a provedli tvarovou zkoušku, která podle plánu dopadla na první dobrou. Poté se domodelovala dělicí rovina a vytiskla se každá polovina zvlášť tak, aby bylo možné pouze ošetřit povrch plničem a brusným papírem. Tím byl model připraven k následnému zaformování a výrobě karbonového monokoku, který se bude následně kompletovat.





## HandiVAN

Těším se na moment, až budeme spolu s týmem WoodVANs moci říct, máme hotovo. A ten moment už se nezdá daleko. Auto sice ještě není připraveno opustit výrobní halu, ale po několika týdnech čekání, máme konečně dokončený koupelnový modul, který byl speciálně vyráběn pro tento typ vozu, a to nás přeci jen trochu zdrželo. Nyní můžeme zahájit finální kompletaci vozu a během několika týdnů bude HandiVAN připraven na první dobrodružství.



## Mallorca 2025

Prakticky celý únor již byl o strukturovaném tréninku na cyklistickém trenažéru a plaveckých trénincích. Vše postupně nabíralo na intenzitě a směřovalo k přípravnému kempu na Mallorce, který jsem se v termínu 28. 2. – 14. 3. 2025 podle plánu absolvoval. Vzhledem k poměrně dlouhé předchozí sezóně a mnoha mimosportovním povinnostem jsem naplánoval pouze lehčí dvoutýdenní soustředění. A ještě že tak! Po fyzické stránce jsem se cítil dobře a od prvního dne jsem šel do tréninku naplno, ale relativně špatné klimatické podmínky samotný trénink často komplikovaly. Více informací o průběhu kempu se ale dozvíte až v příštím newsletteru.

## Generální sponzor



## Hlavní sponzoři

Devcity

SYNTECA

SunnyMont  
ŘEŠENÍ, KTERÁ SETŘÍ

 Czech Republic

ENERGON  
HOLDING a.s.

  
NOHEĽGARDEN  
SINCE 1991

## Sponzoři

INFINIT

CM  
IS

POHL

Chalk

BC  
BesCentrum  
Lions & JPI Besedovi

T-soft

  
MĚSTO PŘÍBRAM

 CZECH  
TRIATHLON  
TEAM

Středočeský kraj

Dobříš