

Esa Mangeloja

Mark Spitz ja menestyksen avaimet

Uinnin historia tunnistaa kolme erityisen merkittävää sankarihahmoa: Johnny Weissmuller (1904–1984), Mark Spitz (1950–) ja tuoreimpana Michael Phelps (1985–). Menestyksen lisäksi heitä yhdistää vahva itseluottamus, kilpailuhenkisyys ja voitonhimo.

Näiden kaikkien aikojen kolmen suurimman uintimestarin keskinäiset suhteet ovat olleet silmiinpistävän viileät. Ylikorostuneeseen kilpailuhenkisyyteen harvoin liittyy aidosti toisten saavutuksista iloitseminen. Tarzanina parhaiten jälkipolvien muistama Weissmuller saavutti kaksissa olympialaisissa (1924 ja 1928) yhteensä viisi olympiakultaa. Hänen suhtautumisensa merkittävimpään myöhempään haastajaansa, Mark Spitziin, oli vähintäänkin kalsea. Weissmuller uskoi vakaasti olevansa historian merkittävin uimari ja hän vähätteli haastattelussa Spitzin suorituksia: “Minä olin aikanaan parempi kuin Mark Spitz nyt. En hävinnyt ainoatakaan kilpailua, en edes poikasena. Ei ole mikään ihme uida nykyään nopeammin kuin ennen, käännökset saa suorittaa toisin, starttikorokkeet ovat korkeammat, allas on syvempi ja vesi kevyempää. Minun aikamani ei sitä paitsi ollut erotettu edes ratoja köydellä.”¹

Nykyään kaikkien aikojen menestyksekkäimpänä uimarina pidetään Michael Phelpsiä, joka voitti Pekingin olympiakisoissa vuonna 2008 kahdeksan kultamitalia ja ohitti näin Spitzin ennätystilastossa. Phelpsil-

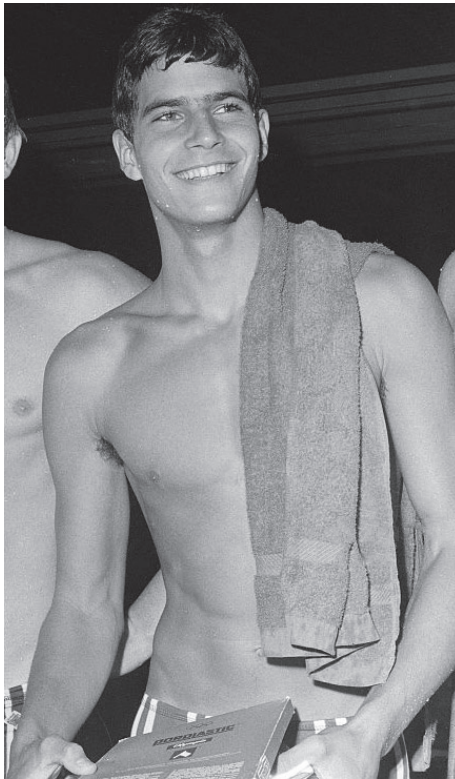
lä on kaikkiaan 23 kultamitalia olympialaisissa. Hän on uinut kultamitalia neljässä olympialaisissa (2004, 2008, 2012, 2016).

Mark Spitz ja Michael Phelps ovat tavanneet vain hetkellisesti. Ensimmäisen kerran he kohtasivat toisensa heinäkuussa 2004, kun Spitz jakoi palkinnot USA:n olympiakarsinnoissa Long Beachilla, Kaliforniassa. Tuolloin lehtikuvissa näkyy kahden mestarin lyhyt kättely, mutta tämä hetki ei johtanut pidempään ajatustenvaihtoon tai yhteydenpitoon. Molemmat ovat ainoastaan tyytyneet lyhyisiin kohteliaisuuksiin julkisissa esiintymisissä ja silloinkin vain erikseen kysyttäessä. Heidän välilleen ei ole syntynyt pysyvämpää kommunikaatiota.

Mark Spitz syntyi 10.2.1950 Modestossa, Kaliforniassa. Hänellä on kaksi siskoa, Heidi ja Nancy, mutta vanhemmat omistautuivat erityisesti poikansa uintiuran edistämiseen. Markin isä, Arnold oli syntynyt 1925 ja

kasvoi pienellä kanafarmilla Kaliforniassa, Turlockin kylässä. Hänen vanhempansa olivat muuttaneet 1900-luvun alussa Yhdysvaltoihin Unkarista. Arnoldin isä Morris kuoli 1932 aivokasvainleikkauksen jälkikomplikaatioihin. Arnold oli tuolloin vain 7-vuotias. Tämä jätti Arnoldin vaille isän huolenpitoa ja kovetti tästä ankaran kasvattajan.

Vuosi 1967 oli Spitzin varhaisen uran läpimurtovuosi. Markin ensimmäinen maailmanennätys syntyi San Leandron uintikilpailuissa vuonna 1967, kun hän kellotti 400m vapaauintissa ajan 4.10.6. Lisää maailmanennätystä seurasi tulevana viikkoina. Hän otti nimiinsä



Mark Spitz vuonna 1967.
(Wikimedia Commons)

kaikkiaan seitsemän maailmanennätystä seuraavan kolmen ja puolen kuukauden aikana.

Mark Spitz on ansainnut paikkansa uintiurheilun legendojen joukossa voittamalla 1972 Münchenin olympialaisissa seitsemän kultamitalia. Samalla hän teki seitsemän maailmanennätystä, joista henkilökohtaisilla matkoilla neljä ja viestissä kolme. Münchenin uusi “Schwimmhalle” raikui suosionosoituksista, kun 22-vuotias juutalaispoika teki historiaa. Venäläinen urheiluselostaja epäili tuolloin raportissaan, että Spitzillä on ehkäpä delfiinin geenit.

Tässä kirjallisuuteen perustuvassa katsausartikkelissa tarkastellaan Mark Spitzin hämmästyttävän menestyksekkään uintiuran tärkeimpiä tekijöitä. Miksi juuri Mark Spitz onnistui menestymään? Samalla tarkastellaan Spitzin elämän merkittäviä käännekohtia, joissa erityisesti paljastuvat hänen menestyksensä avaimet. Mark Spitz sai uintiuransa aikana nauttia valtaisasta mediahuomiosta, joten lähdemateriaalia tämän legendaarisen uimarin urheilu-uran eri vaiheista on löydettävissä varsin helposti. Tärkein lähdeeni on ollut Richard J. Fosterin vuonna 2008 kirjoittama Mark Spitzin elämäkerta, jonka laatimiseen Spitz osallistui itse aktiivisesti. Kaikki tässä artikkelissa esitellyt Mark Spitzin videoidut uintisuoritukset ovat myös löydettävissä YouTube-palvelusta.

Spitzin uinti-uralla voidaan löytää kolme erityisen tärkeää kilpailua, joiden lopputulos kuvaa toisaalta Spitzin uskomattoman suurta tahdonvoimaa ja voitonjanoa, mutta myös urheilukilpailujen lopputuloksiin vaikuttavia muitakin keskeisiä tekijöitä, kuten satunnaisuutta, taktista osaamista ja henkisiä ulottuvuuksia. Urheilija ei kilpaile eristetyssä yksinäisyydessä, vaan kilpailut ovat sosiaalisia tapahtumia, joissa kanssakilpailijoiden tekemiset vaikuttavat ratkaisevasti jokaisen muun suoritukseen ja menestykseen. Jokaisessa Mark Spitzin uran käännekohdassa ja merkittävässä kilpailutilanteessa on samoin nähtävissä muiden kilpailijoiden vaikutus Spitzin menestykseen. Seuraavassa tarkastellaan Spitzin kilpailu-uran kolmea merkittävintä tapahtumaa, joiden kaikkien lopputulokseen vaikuttivat olennaisesti myös pahimman kilpakumppanin suoritukset.

Kolme legendaarista kilpailua

Douglas Russell ja 100m perhosuinti Meksikossa²

Spitz lähti Meksikon olympialaisiin 1968 ennakkosuosikkina ja oli kopeaa itsevarmuutta uhkuen julistanut voittavansa kuusi kultamitalia Meksikossa. Uholle oli katetta, sillä hän oli tuolloin vain 18-vuotiaana jo kuuden maailmanennätyksen haltija, kolmasti viesteissä ja kolmasti henkilökohtaisissa lajeissa. Kultamitaleita Spitz voitti lopulta Meksikossa kuitenkin vain kaksi ja nekin molemmat viestimatoilla, 4x100m sekauinnissa ja 4x200m vapaauinnissa. Spitz romahti pahoin 200m perhosuinnissa, jolla matkalla hän jäi finaali-erän viimeiseksi. Henkilökohtaiset mitalit olivat hopeaa 100m perhosuinnissa ja pronssia 100m vapaauinnissa. Ensin mainittu hopeamitali tuli ajalla 56.40 ja merkitsi samalla Markin senastisen uran pohjakosketusta.

Spitzillä oli Meksikon kisojen alla ja aikana myös terveydellisiä ongelmia. Häntä vaivasi koko Meksikon kisojen ajan pitkittynyt angiina (tonsillitis), joka edelleen heikensi hänen itseluottamustaan, eikä voinut olla heikentämättä hänen uintisuorituksiaan kisoissa. Pahimmat ongelmat Spitzillä olivat kuitenkin luonteeltaan psyykkisiä ja sosiaalisia. USA:n uintijoukkue keskittyi Meksikon olympialaisiin viiden viikon korkeanpaikan harjoitusleirillä Colorado Springsissä ilmavoimien harjoituskeskuksessa. Paikka oli valittu vastaamaan Meksikon korkeutta merenpinnasta. Harjoitusleiri oli Spitzille henkisesti hyvin kuluttava, sillä muut joukkueen uimarit suhtautuivat nuoreen lahjakkuuteen väheksyvästi ja yleisen vihamielisesti.

Mark Spitz oli USA:n maajoukkueen nuorin uimari, eikä hänellä ollut joukkueessa yhtään ystävää. Muut olivat college-ikäisiä, Mark vasta high school -iässä. Spitz käyttäytyi vanhempien uimareiden seurassa ylimielisesti. Spitz ei ollut kovin ahkera tai tunnollinen harjoittelija, vaan yritti aina tilaisuuden tullen luistaa harjoituksista. Tämä lisäsi häneen kohdistunutta vihamielisyyttä entisestään.

Spitz on myöhemmin itsekin myöntänyt olleensa nuorena ylimielinen, omahyväinen ja ylikorostuneen itsevarma. Näillä luonteenominaisuuksilla varustettuna Spitz ei onnistunut hankkimaan ystäviä. Hänen kiusaamisessaan parhaiten kunnostautui perhosuimari Douglas Rus-

sell, joka oli sosiaalisesti kyvykäs, huumorintajuinen ja koko joukkueen suosikki ja johtohahmo. Hänellä oli maailmanennätys myös selkäuinnissa, mutta hän katsoi parhaaksi keskittyä Spitzin voittamiseen 100m perhosuinnissa. Sillä matkalla hän halusi osoittaa olevansa maailman paras ja kukistaa Spitzin. Meksikon olympialaisten 100m perhosuinnin alkuerässä Douglas Russell ui uuden olympiaennätyksen, 57.3. Spitzin maailmanennätys (55.6) jäi edelleen voimaan, mutta hän ui alkuerissä vain ajan 58.5. Semifinaalissa Russell ui vieläkin kovempaa: 55.9. Spitzin semifinaalin aika oli paljon vaatimattomampi: 57.4.

21. lokakuuta 1968 uidussa miesten 100m perhosuinnin finaalissa 188 cm pitkä vaalea Douglas Russell voitti Spitzin näytöstyylillä. Douglas Russell oli 22-vuotias Burford Swim Clubin uimari Teksasista, joka keskittyi 100m perhosuintiin. Russell oli ennen Meksikon kisoja hävinnyt kaikki viimeiset yhdeksän kohtaamistaan Spitzin kanssa juuri tällä 100m perhosuinnin matkalla. Russell oli päättänyt vihdoinkin Meksikossa näyttää olevansa tämän lajin valtiasta ja kukistavansa Spitzin. Kisoja edeltäneellä harjoitusleirillä Russell oli kiusaamisen ja sosiaalisen eristämisen keinoin onnistunut lannistamaan Spitzin myös henkisesti. Sekunnin puolikas ei ole pitkä aika, mutta se on silmännähtävästi täysin riittävä erottamaan voittajan häviäjistä. Russell ui samalla uuden olympiaennätyksen ajalla 55.9.

Kyseistä uintia pidetään edelleen uintihistorian eräänä merkittävimmistä tapahtumista. Russelin uinti oli taktisesti loistava suoritus. Russell oli tunnettu siitä, että hän aloitti aina täysillä ja yritti säilyttää vauhtinsa maaliin saakka. Tällä kertaa Russell yllätti muut kilpailijat täydellisesti ja aloittikin uinnin rauhallisesti ja otti vasta viime metreillä yllättävän loppukirin. Spitz huomasi olevansa puolimatkan käänöksessä johdossa, yllättyi itsekin hyvästä vauhdistaan ja katsoi olevansa jo matkan varma voittaja, sillä Russell vaikutti jääneen peruuttamattomasti taakse. Yllättäen Russell oli kuitenkin jättänyt alkumatkalla itselleen voimavaroja reserviin ja kiristi lopussa vauhtia ja ponnisti Spitzin ohi viimeisillä metreillä.

Jälkikäteen on vaikea tarkoin analysoida, oliko Markin kokemassa huonossa kohtelussa kyse anti-semitismistä, kateudesta vai yksinkertaisesti vastine Markin omahyväiseen ja koppavaan käyttäytymiseen. Isä Arnold kehotti Markia kostamaan seuratovereiden ilkeät piikittelyt voit-

tamalla heidät ylivoimaisesti altaassa. Tämä teki Markista kovapintaisen voittajan. Spitz totesi haastattelussa kisojen jälkeen: “En ole varma, kumpi teki oloni huonommaksi, angiina vai se huono kohtelu jota sain joukkuetovereiltani.” Spitzin joukkuetoverit huutelivat ja pilkkasivat häntä yleisesti: “Hei juutalaispoika, sinä et tule voittamaan ketään!”³

Kuten Howells ja Fletcher ovat tutkimuksessaan vuodelta 2015 havainneet, useiden uinnin olympiavoittajien menestystä ovat edeltäneet monet vastoinkäymiset ja ongelmavyyhdit.⁴ Vaikeudet kasvattavat luonnetta ja sisuunnuttavat urheilijoita, joiden voitonhimo vain kasvaa vastoinkäymisten myötä. Myös Mark Spitz itse katsoo, että hän ei olisi voinut nousta vuoden 1972 olympialaisissa menestykseen ilman Meksikon kisojen murskaavia pettymyksiä. Monet tutkimukset vahvistavat elämän vaikeuksien kasvattavan urheilijoista olympiavoittajia. Vihamielinen ympäristö ja pettymykset koulivat myös Spitzistä teräshermoisen voittajan joka finaaleissa pystyi antamaan kaikkensa, jotta välttyisi uudelleen kokemasta tappiota. Spitzin voitontahto olikin seuraavissa olympialaisissa ylittämätön.

Steve Genter ja 200m vapaauinti Münchenissä⁵

Meksikon olympiakisojen pettymykset olivat jääneet taakse ja Münchenin olympiakisoissa vuonna 1972 Mark Spitz nousi legendaksi. Elokuun 28. päivänä uitiin Münchenin olympialaisissa 200m perhosuinnin finaali, jossa Spitz saavutti kisojen ensimmäisen kultamitalinsa. Kisan hän voitti melko vaivattomasti uudella ME-ajalla 2.00.70. Saman päivän iltana Spitz voitti toisen kultamitalinsa ankkurina 4x100m viestissä, siinäkin uudella ME-ajalla 3.26.42.

Seuraavana päivänä Spitz voitti kolmannen kultamitalinsa, nyt ME-ajalla 1.52.78, 200m vapaauintissa. Kisan todellinen sankari ei kuitenkaan ollut Mark Spitz, vaan hopealle uinut Spitzin maanmies Steve Genter, joka ui valtavista tuskistaan huolimatta sankarillisesti hopealle, ajassa 1:53.73.

Steve Genter oli kärsinyt pitkittyneestä yskästä jo ennen Münchenin kisoja, mutta pitkän lentomatkan seurauksena Genterin sairaus paheni voimakkaasti Münchenin kisakylässä. Hän joutui Münchenissä sairaalaan ja vain muutamaa päivää ennen 200m vapaauintia Steve Gente-

rillä todettiin ilmarinta (pneumothorax). Saksalaiset lääkärit määräisivät hänet puolen vuoden toipumislomalle ja kielsivät ehdottomasti kilpailemisen. Yhdysvaltalaiset lääkärit ottivat Genteristä kuitenkin vastuun, leikkasivat hänet ja antoivat empien luvan osallistua kilpailuun.

Genter lähti uimaan 200m vapaauintin finaalia rinnassaan 13 tikkiä. Hän ei voinut dopingtestien pelossa käyttää mitään särkylääkkeitä, joten häntä vaivasivat jatkuvat tuskat ja jo altaaseen hyppääminen aiheutti valtavaa kipua. Spitz aloitti vahvasti, mutta Genter ohitti Spitzin melko varhaisessa vaiheessa ja siirtyi selvään johtoon. Genter johti vielä viimeisessä käänöksessä 150 metrin kohdalla, mutta hänen vauhtinsa hiipui pahasti viimeisen 40 metrin aikana. Viimeiset metrit olivat Genterille vaikeita, sillä osa hänen rintaansa neulotuista tikeistä aukesi kilpailun viimeisessä käänöksessä ja hän alkoi vuotaa verta. Spitz onnistui ohittamaan Genterin viimeisen altaanmitan viimeisillä metreillä ja voitti vajaan sekunnin erolla. Median huomio kohdistui Spitziin kisan voittajana, mutta moraalisesti arvioituna kisan todellinen sankari oli Steve Genter, ei Mark Spitz. Spitzin voitto on kuitenkin jälleen osoitus tämän valtavasta voitontahdosta ja myös lyömättömästä loppukiristä. Tässä kilpailussa Spitzillä oli tosin myös onnea, sillä Genter ei kisapäivänä ollut kilpailukuntoinen.

Jerry Heidenreich ja 100m vapaauinti Münchenissä⁶

Spitzin neljäs kultamitali Münchenin olympiakisoissa tuli 100m perhosuinnissa, jälleen ME-ajalla 54.27. Tästä vajaan tunnin kuluttua hän ui viidennen kultamitalinsa 4x200m viestissä, ajalla 7.35.78 joka oli jälleen uusi maailmanennätys.

Kolme päivää myöhemmin Spitz kohtasi uransa kolmannen suurimman haasteen, 100m vapaauintin finaalin. Tosin viimeisenä Münchenin kisojen lajina Spitzille oli tulossa vielä 4x100m sekauintin viesti, missä kultamitali oli kuitenkin melko varma, sillä USA:lla oli koossa ylivoimainen joukkue. Epävarmin uintimatka Spitzille oli juuri viimeinen henkilökohtainen matka, 100m vapaauinti, missä kilpailu oli kaikkein kovinta ja marginaalit kilpailijoiden välillä hyvin pienet. Spitz oli jo voittanut henkilökohtaiset kultamitalit 200m vapaauinnissa, sekä 100m ja 200m perhosuinnissa. Viestikullat 4x100m vapaauinnissa ja 4x200m

vapaauintissa, sekä 4x100m sekauinnissa olivat varsin helppoja voittoja. Ehdottomasti vaikein matka Spitzille oli kyseinen 100m vapaauinti, jossa vaarallisimpana haastajana vastaan asetui Dallasista kotoisin oleva Jerry Heidenreich.

Spitz oli ennen starttia hyvin peloissaan. Hän ei tahtonut hypätä altaaseen ja valitti selkäkipejaan ja puhui osallistumisen peruuttamisesta. Vain joitakin minutteja ennen lähtöä ABC televisioyhtiön haastattelija Donna de Varona tuli kysymään Markin tunnelmia. Spitz vastasi: “Tiedän että tapanani on ennen jokaista lähtöä valitella vastentahtoisuuttani kilpailemiseen, mutta tällä kertaa olen tosissani. Jos uin kuudessa lajissa ja voitan kuusi, minusta tulee sankari. Mutta jos uin seitsemässä lajissa ja voitan kuudessa, olen epäonnistuja.”⁷ Tämä lause kuvaa oivallisesti Spitzin voitontahtoa. Uinti meni Spitzin osalta kuitenkin loisteliaasti, hän johti kisaa alusta loppuun ja voitti niukasti puolen käsivedon mitalilla uudella maailmanennätysajalla 51.22. Kukaan ei pystynyt ohittamaan Spitzia matkan viimeisillä metreillä. Voittomarginaali oli tosin vain 43 sekunnin sadasosaa. Tämän kisan voitto kuvastaa Spitzin valtavaa voitontahtoa ja häviämisen pelkoa. Nämä ominaisuudet olivat keskeisesti siivittämässä Spitzia legendaariseen kultasateeseen Münchenin olympialaisissa.

Menestyksen kolme salaisuutta

Lahjakkuus

Mark Spitzin uintiuran menestysten taustalta voidaan löytää erityisesti kolme merkittävää tekijää: Luontainen lahjakkuus, psyykkiset ominaisuudet ja ensiluokkainen valmennus. Mark Spitz oli uinnissa kiistämättömän luonnonlahjakkuus. Hän pystyi tärkeissä kilpailuissa kiristämään vauhtia loppuun asti ja antamaan viimeisetkin voimanrippeensä viimeisillä metreillä. Vahvaa loppukiriä hän piti itse tärkeimpänä lahjanaan. Hänen tärkein haasteensa oli pystyä aloittamaan uinti riittävän nopeasti, jotta kirittävää ei jäisi liian paljon.

Tärkeä lahjakkuuden osa-alue oli myös hänen kykynsä älykkääseen harjoitteluun. Hän ymmärsi oman kehonsa toiminnan ja osasi tulkita

oikein tuntemuksiaan. Hän tiesi vaistomaisesti milloin tuli harjoitella kovia kilpailuvauhtisia vetoja ja milloin oli parempi vain levätä. Spitziiä pidettiin muihin USA:n joukkueen uimareihin verrattuna melko laiskana harjoittelijana, joka pyrki usein verukkeiden avulla pinnaamaan harjoituksista. Tässä voidaan kuitenkin nähdä myös esimerkki oman kehon ymmärtämisestä. Spitz ei halunnut tehdä turhia harjoituksia vain niiden itsensä vuoksi.

Spitz oli uimariksi melko lyhyt (183 cm), mutta hänen kämmenensä olivat suuret ja kauhamaiset. Ilmeisesti tehokkaampia keuhkoja ei ollut kenelläkään toisella olympiauimarilla. Spitz kykeni myös taivuttamaan polvensa eteenpäin niin, että hänen jalkapotkunsa ulottui 15–30 cm syvemmälle kuin yhdenkään kilpakumppanin.⁸ Tämä fysiologinen erikoinisuus antoi erityisesti perhosuinnissa Spitzille suurta etua.

Huolimatta huonoista sosiaalisista kyvyistään ja epäsuosiostaan joukkueovereiden keskuudessa Spitz seurasi herkeämättä toisten harjoittelua ja pyrki ottamaan oppia toisilta kilpakumppaneilta. Hänen tärkeimpiä esikuviaan oli vapaauinnin erikoismies Don Schollander, joka oli voittanut neljä kultamitalia vuoden 1964 Tokion olympialaisissa ja sai vielä yhden kullan Meksikon 1968 olympialaisissa (200m vapaauinnin hopeamitalin ohella). Santa Clara Swim Clubin harjoituksissa Mark otti tavakseen imitoida Schollanderin lähes täydellistä kroolitekniikkaa. Mark sukelteli altaan pohjaan ja katsoi sieltä käsin Schollanderin tekniikkaa. Spitz otti tavakseen asettua aina viereiselle radalle uimaan, tarkkailla tämän liikkeitä ja yrittää pysyä Schollanderin vauhdissa. Jonkin ajan kulltua Schollander alkoi ärsyyntyä nuoremman kilpailijansa tirkistelystä ja siirtyi pian Markista katsoen kauimmaiselle radalle uimaan. Tämä siirtyi Donin mukana edelleen tämän viereiselle radalle ja uimarit kävivät keskinäistä “kissa ja hiiri”-leikkiä. Tämä ärsytti Schollanderia entistä enemmän.

Voitontahto, häviämisen vihaaminen

Spitz vihasi jo lapsuudessaan häviämistä. Foster⁹ raportoi tämän ensimmäisen uimakilpailun tapahtumia kesältä 1959. Mark voitti oman eränsä alueen kilpailuissa ja sai purppuranpunaisen palkintonauhan. Erävoittajan ilo vaihtui kuitenkin pian valtavaan raivoon, kun hänelle selvisi, että

seuraavissa erissä uitiin parempia aikoja eikä hän voittanutkaan kilpailua. Spitz voitti eränsä, mutta ei sijoittunut kilpailussa edes mitalisijoille. Hänellä oli jo lapsena äärimmäisen voimakas voitontahto ja hän vihasi häviämistä. Hänen ensimmäinen kilpailunsa iskosti häneen ehtymättömän voitonjanon. Vuoden sisällä Spitz kaappasi itselleen 17 kansallista ennätystä omassa ikäluokassaan.

Jo Santa Claran uimaseuran treenien aikana Spitz oli asettanut itselleen tiukan tavoitteen, uida yksissä olympiakisoissa enemmän kultamitaleita kuin Don Schollander, joka oli voittanut neljä kultamitalia Tokion olympialaisissa 1964. Schollanderin lyöminen muodostui Spitzille pakkomielteeksi. Epäilemättä Spitzissä on havaittavissa myös narsistisia luonteenpiirteitä. Aikakauden muut uimarit pitivät Spitzii ylimielisenä ja välttelivät hänen seuraansa.

Spitzin vanhemmat, erityisesti isä Arnold oli iskostanut poikansa sie luun ajatuksen, että vain voittaminen merkitsi jotakin. Arnoldin kerrotaan antaneen pojalleen ohjeen: "Uiminen on suurenmoinen asia, mutta tärkeintä ei ole uida vaan voittaa." Maailma oli voittajia, ei häviäjiä varten. Toinen isän ohje oli: "Jos tulet toiseksi ei sinua huomaa kukaan, jos voit, sinut huomaavat kaikki! Myös Jumala rakastaa voittajia."

Kolme ensiluokkaista valmentajaa

Erittäin merkittävä tekijä Spitzin menestyksen takana ovat maailman parhaat valmentajat. Hänen uransa mahdollistivat Yhdysvaltojen kolme parasta valmentajaa: Sherm Chavoor, James "Doc" Counsilman ja George Haines.¹⁰

Mark aloitti harjoittelun George Hainesin valmennuksessa kesällä 1964. Haines oli Santa Clara Swim Clubin (SCSC) valmentaja, mikä merkitsi Markin äidille, Lenorelle lähes 200 kilometrin päivittäistä kyyditystehtävää. Pian koko perhe päätti muuttaa Walnut Creekistä Santa Claraan. Tämä mahdollisti Markille harjoittelun Hainesin ohjauksessa kahdesti päivässä, mutta isä Arnoldin täytyi vastaavasti hyväksyä 94 mailin päivittäinen työmatka.

Sherm Chavoorin treenit sisälsivät paljon kilometrejä minimaalisilla tauoilla. Spitz ei ollut koskaan erityisen ahkera tai tunnollinen harjoittelija. Parhaimmillaan hän ui 4000 kilometriä vuodessa. Haines keskittyi

enemmän kisavauhtisiin tehoharjoituksiin, joiden välissä pidettiin kunnonllisia taukoja.¹¹ Jälkikäteen arvioituna oli optimaalista, että Spitz sai Chavoorin valmennuksessa luotua vahvan kuntopohjan, jonka päälle hän sitten kesti loukkaantumatta Hainesin ohjauksessa tehdyt tehoharjoitukset ja kilpailuvauhtiset nopeusvedot.

Doc Counsilman nauttii edelleen historian legendaarisimman uin- tivalmentajan maineesta. Hän toi uintiurheiluun tieteellisen otteen, hyödyntäen valmennuksessaan vedenalaista valokuvausta, intervalliharjoittelua ja lihaskuntoharjoittelua painoilla. Hän kehitti uusia teknisiä innovaatioita valmennuksen tueksi, esimerkiksi vuonna 1959 uudenlaisen ajanottokellon joka mahdollisti paremmin väliaikojen mittaamisen.

Useita muitakin syitä, ehkäpä jopa parempia, voidaan esittää Spitzin menestyksen mahdollistajina. Poikansa menestykselle kaiken tarmonsä omistavat vanhemmat olivat niistä ehkä merkittävin tekijä. Mark itse piti koppavaan tapaansa tosin valmentajien merkitystä paljon suurempana. Kenny Mooren 1989 tekemässä haastattelussa Spitz katsoi vanhempien- sä toimilla olleen hänelle hyötyä vain kahdesti. Ensimmäinen merkittävä episodi sattui 9-vuotiaana, kun vanhemmat toivat Markin Arden Hills Swim Clubin harjoituksiin ja YMCA:n valmentaja Sherm Chavoorin valmennukseen. Toinen merkittävä tapahtuma oli vanhempien aloit- teesta toteutettu Markin siirto George Hainesin valmennukseen Santa Clara Swim Clubille.

Mahdollinen merkityksellinen tekijä Spitzin menestyksessä lienee myös juutalainen geeniperimä ja kulttuuri, johon on aina kuulunut val- tava sisukkuus, mikä on mahdollistanut selviytymisen vihamielisen ym- päristön keskellä. Spitzillä oli eittämättä uransa aikana myös puhdasta onnea. Hän sai treenata ja kilpailla Münchenin kisojen alla terveenä ja oli tuolloin parhaimmassa vedossaan. Ainoastaan Meksikon kisojen ai- kaan Spitz sairasti angiinaa, mutta uransa aikana hän ei kärsinyt kroo- nisista sairauksista tai rasitusvammoista, jotka uimareille muuten ovat varsin tyypillisiä.

Menestyksen tuotto

Ihmiskunta on uinut vedessä koko olemassaolonsa ajan, mutta varsinaisesti kilpauinnin historia ulottuu vain vajaan 200 vuoden taakse.¹² Siksi on ymmärrettävää, että uintiurheilu on ehtinyt synnyttää vain rajoitetun määrän sankarihahmoja. Münchenin olympiakisojen viimeinen viikko teki Mark Spitzistä uintiurheilun legendan. Seitsemän uintimatkaa, seitsemän kultamitalia ja seitsemän maailmanennätystä on huikaiseva saavutus. Spitz eläköityi uimarina välittömästi kosketettuaan ajanotto-paneelia 4x100 sekauinnin viestiosuuden loputtua. USA:n joukkue (Mike Stamm, Tom Bruce, Mark Spitz, Jerry Heidenreich) ui uuden maailmanennätyksen, 3.48.16. Spitz nousi altaasta nopeasti vain yksi ajatus mielessään: Ei enää uintia! Hän oli tuolloin, 4.9.1972, vain 22-vuotias.

Ensimmäiset uinnin MM-kisat uitiin vuonna 1973 Belgradissa, Jugoslaviassa. Spitz ei siis koskaan voittanut uinnin maailmanmestaruutta, mutta nousi Münchenin olympiakisoissa uinnin legendaksi. Näiden kilpailujen jälkeinen medianäkyvyys ja tuottoiset mainossopimukset olivat ennennäkemättömällä tasolla. Hänen Münchenin kisojen jälkeen allekirjoittamiensa mainossopimusten arvo oli noin viisi miljoonaa dollaria, eli 675 000 dollaria per mitali. Mikäli lasketaan tuoton suhdetta Münchenin altaassa käytettyyn aikaan saadaan vieläkin huikempi tulos. Münchenissä Spitz ui kilpailuissa noin 17 minuuttia ja 24 sekuntia. Siten jokainen altaassa käytetty sekunti tuotti Spitzille 287 356 dollaria, joka inflaatio huomioiden nykyrahassa on 1 649 939 dollaria per sekunti. Näiden kisojen jälkeen Spitz ei enää olisi voinut osallistua olympialaisiin, sillä tuolloin amatööriurheilijan ihanne oli vielä vallitseva. Hän loi nopeasti niin mittavan omaisuuden, että hän ei enää nähnyt mieltä ankarassa harjoittelussa ja urheilijan kieltämyksissä.

Alun perin Spitzin tarkoitus oli opiskella uintiuran jälkeen hammaslääkäriksi, mutta rahakkaiden mainostehtävien vuoksi tämä porvarillinen haave unohtui. Spitz mainosti tulevien vuosien aikana mm. Arenan ja Adidaksen uima-asuja, maitoa, alusvaatteita, hiustenkuivaimia, rannekelloja, SuperBeets ravintolisiä, Spartan uima-altaita ja lääkevalmisteita. Toisin kuin Johnny Weissmuller, olutmainoksista Spitz managerin vaatimuksesta kieltäytyi.¹³ Hän esiintyi monissa TV-sarjoissa ja ohjelmissa

(mm. Bill Cosby Show, Dean Martin Show ja Tonight Show) ja yritti jopa elokuva-uraa. Hän toimi televisioyhtiö ABC:n uintiselostajana Montrealin 1976 ja Los Angelesin 1984 olympialaisissa. Hänen lahjakkuutensa näyttelijänä osoittautui kuitenkin hyvin vaatimattomaksi, eikä hän menestynyt viihde-alalla. Harrastukseksi Spitz mainitsee nykyään purjehduksen, hiihdon ja taiteen keräilyn ja kiertää edelleen motivaatio-luennoitsijana erilaisissa tilaisuuksissa.

Lopuksi on kuitenkin todettava, että maallinen maine on tunnetusti katoavaa laatua. Kun arvovaltainen *Swimming World* -julkaisu viimeksi haastatteli useita tämän vuosituhannen uinnin olympiavoittajia, yksikään heistä ei maininnut Mark Spitzia esikuvakseen.¹⁴

Kirjallisuus

- Allen, J. 2012. *Swimming with Dr. Johnson and Mrs. Thrale. Sport, health and exercise in eighteenth-century England*. Cambridge, U.K.: Lutterworth Press.
- Chaline, E. 2017. *Strokes of genius. A history of swimming*. London: Reaktion Books.
- Dawson, B. 1986. *Weissmuller to Spitz. An era to remember. The first 21 years of the international swimming hall of fame*. Fort Lauderdale: ISHOF.
- Foster, R. J. 2008. *Mark Spitz. The extraordinary life of an Olympic champion*. Santa Monica, USA: Santa Monica Press.
- Grevers, A. 2018. Who was your swimming hero growing up and what did you admire most about him/her? *Swimming World Magazine*, Feb 2018, 45.
- Howells, K., & Fletcher, D. 2015. Sink or swim. Adversity- and growth-related experiences in Olympic swimming champions. *Psychology of Sport and Exercise*, 16, Part 3, 37–48.
- Moore, K. 1989. Bionic Man. *Sports Illustrated*. 23.10.1989.
- Raevuori, A. 1979. *Lentokala*. Huippu-urheilun maailma, 3. osa. WSOY, Porvoo. 244–249.

Viitteet

- 1 Raevuori 1979, 249.
- 2 Video kilpailusta: https://www.youtube.com/watch?v=sVwfxH_um0.
- 3 Foster 2008, 61.
- 4 Howells & Fletcher 2015.
- 5 Video kilpailusta: <https://www.youtube.com/watch?v=AvLjoIXCk8Q&t=1452s>.
- 6 Video kilpailusta: <https://www.youtube.com/watch?v=AvLjoIXCk8Q&t=1452s>.
- 7 Moore 1989.
- 8 Raevuori 1979, 246.
- 9 Foster 2008, 11–12.
- 10 Dawson, 249.
- 11 Foster 2008, 34.
- 12 Chaline 2017, 223; Allen 2012.
- 13 Foster 2008, 219.
- 14 Grevers, 2018.