

# COACH

## Mladí sportovci na elitní scéně

**Aíto García Reneses**

„Hraj pořád  
na hranici  
svých  
možností!“

baseball  
basketbal  
florbal  
fotbal  
kolečkové sporty  
lední hokej  
hokejbal  
plavecké sporty  
squash  
softball  
stolní tenis  
šachy  
veslování  
volejbal

**Sport**

magazín vydávaný  
ve spolupráci s Českým  
olympijským výborem



ČESKÁ  
TRENÉRSKÁ  
AKADEMIE

Tento výtisk je samostatně neprodejný

NÁRODNÍ  
SPORTOVNÍ  
AGENTURA

# MAGAZÍNY DENÍKU *Sport*



## SPORT MAGAZÍN

Rozhovory s osobnostmi, analýzy a přehledy největších sportovních akcí a turnajů

Vychází každý pátek v deníku Sport

Každý první pátek v měsíci navíc jako Sport magazín Góóól o hvězdách světového fotbalu

Předplaťte si páteční Sport s magazínem na [iKiosek.cz/sport](http://iKiosek.cz/sport)

## COACH

Trenérské osobnosti, analytické články a inspirace

Sportovně-vzdělávací magazín vydávaný ve spolupráci s ČOV a Českou trenérskou akademií

Vychází každé první úterý v měsíci jako příloha deníku Sport

Nové číslo vychází už 6. 9.

## iSPORT LIFE

Běh, cyklistika, zimní sporty, výživa, testy sportovního vybavení

Sportovně-lifestylový časopis pro aktivní životní styl

Rozhovory s českými sportovci

Vychází jako čtvrtletní příloha deníku Sport

Další číslo vychází 20. 9.



# COACH

COACH. Měsíčník. Ročník 7., číslo 8, vychází 2. 8. 2022.

Samostatně neprodejné, vychází jako příloha deníku SPORT.  
Adresa: 170 00 Praha 7, Komunardů 1584/42,  
e-mail: magazinsport@cncenter.cz,  
www.isport.cz,  
telefon: po předvolbě +420 225 97  
volte linku 5275,  
Redakce – linka 5111.

Šéfredaktor: Lukáš Tomek,  
vedoucí redaktor: Petr Schimon,  
grafici: Jaroslav Komolý, Kristýna Pašek Kubová,  
autor grafické úpravy: Milan Jaroš,  
redakční rada: Michal Ježdík, Filip Šuman,  
Zdeněk Haník, Michal Barda,  
obchodní ředitel-print: David Šaroch (7227),  
inzerce: Jan Nassir (7338),  
jan.nassir@cncenter.cz,  
kontakt na inzertní poradce: linka (7512),  
ředitel marketingu: Jaroslav Sodomka,  
marketing: Patrik Kubečka,  
e-mail: patrik.kubecka@cncenter.cz,  
Chief Customer Officer: Libor Berka.

Vydává: CZECH NEWS CENTER a.s.,  
Komunardů 1584/42, 170 00 Praha 7,  
IČO: 02346826  
Generální ředitel: Juraj Felix, Tomáš Stránský.  
Rozšiřují společnosti PNS a.s.  
Tiskne: Slovenská Grafia a.s.,  
ISSN 2464-6865.

Registrace MK ČR E 22423.  
Nevyžádané rukopisy, fotografie  
a kresby se nevrací.  
Redakce nezodpovídá za obsah inzerátů.  
Publikování nebo jakékoli jiné formy dalšího  
šíření obsahu časopisu COACH  
jsou bez písemného souhlasu vydavatele  
zakázány.  
© CZECH NEWS CENTER a.s.

TERMÍN UZÁVĚRKY: 26. 7. 2022

TITULNÍ SNÍMEK: HERBERT SLAVÍK

VE SPOLUPRÁCI:



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

## Mladé pušky a stará dáma

Protikladem tradičního světa s konzervativními hodnotami a nového, který přináší progres, ale často i třesk, by se dalo pěkně orámovat další číslo měsíčníku Coach, který držíte v rukou. Tyhle dva principy tu proti sobě stojí od dávnověku. Tedy jeden, který vychází z tradice, brání se změnám a hájí prověřené a osvědčené hodnoty, a druhý, který revoltuje a šlape do světa svých otců často okovanou botou.

Známe je oba z vlastního života, kdy jsme v dospívání naplivali na svět dospělých, abychom později hájili systém vybudovaný námi hájených hodnot proti plivancům našich potomků. Článek Michala Bardy s titulkem Young Guns hovoří o tom druhém principu. Naopak hlavní rozhovor s Reném Andriem, sportovním ředitelem cyklistické stáje Israel - Premier Tech, nám dává nepřímo nahlédnout do světa tradice.

Ne, že by snad Tour de France, přezdívaná jako Stará dáma, byla prostá progresu. Naopak, teď je přitažlivou a šarmantní kráskou, ale přeci jenom je to nejstarší a nejslavnější cyklistický závod na světě. I v něm se střetává staré s novým, nicméně účta k majestátu Staré dámy tu v nás je. Pro moji generaci byla její socialistická náhražka, cyklistický Závod míru, vždycky sexy.

Vzpomínáte? Dresy československých závodníků s těmi pruhy uprostřed?

Přitahovalo nás to jako kluky. A pak Honza Smolík, vítěz jednoho z ročníků - to byl národní hrdina. Tour de France přitahuje naproti tomu zraky celého světa, i v tom je jistá míra úcty k tradici, i když závod mezitím získal neskutečný mediální potenciál. A dnešní hlavní rozhovor vám prozradí, jak se cyklistický svět proměnil.

Mě, rodilého revolucionáře od školních tříd, nadzvedlo ovšem ještě víc Michalovo hlavní téma, kterak ukrást Bohům oheň. Bez tohoto principu, který se projevil ve všech revoltách, by se svět nevyvíjel, a tudíž zahynul, protože kde není pohyb, není život. Tyhle individuální revolty nejsou nikdy bez rizika, ale znáte to, kdo hraje odvážně, může stát na trůně, ale taky pěkně dostat do držky. Kdo ale hraje opatrně, prohrává vždy...

Příjemnou četbu a pěkný zbytek léta!

**Zdeněk Haník**  
bývalý trenér volejbalové  
reprezentace a předseda  
České trenérské  
akademie ČOV



# Radši spadne, než by zabrzdil

Mysleli jste si, že Tour de France se vyhrává ve stoupání? **RENÉ ANDRLE**, bývalý cyklista se zkušeností z Tour, Gira či Vuelty a nyní sportovní ředitel týmu Israel - Premier Tech, tvrdí, že se nejslavnější závod rozhoduje ve sjezdech.

Pro magazín Coach vypráví nejen o tom, jak se loví velká jména a jejich pomocníci.

TEXT:  
ZDENĚK HANÍK  
DAVID TOMÁNEK  
MATĚJ MACHYTKA







Brit Chris Froome, čtyřnásobný šampion Tour de France, je největší hvězdou izraelské stáje, pro kterou pracuje i René Andrie

FOTO: REUTERS

**Už je to 14 let od doby, co jste přestal závodit, ale v cyklistice jste zůstal. Stal jste se ředitelem worldtourového týmu. Jaká je kariéra po kariéře?**

„Měl jsem štěstí, že jsem okamžitě po ukončení kariéry dostal nabídku do Hradce Králové. Díky panu Vávrovi jsem zůstal u cyklistiky a okamžitě jsem nastoupil na místo sportovního ředitele. Poté jsem se přes reprezentaci a development team Quick-Stepu dostal do worldtourového týmu Israele.“

**Co obnáší práce sportovního ředitele?**

„První roky byly jednodušší. Dnes, s vývojem sportu, se vše modernizuje a vývoj jde tak dopředu, že je potřeba být v obraze každým dnem, updatovat věci, používat nejmodernější technologie. Dá se říct, že závod probíhá jako kombinace rallye a postupů jako ve formuli 1. Čteme závodníkům, kde je jaká zatáčka, kde je nebezpečné místo, jaký mít tlak v pneumatikách na jednotlivé etapy, řešíme také aerodynamiku. Kola jsou jako monoposty formule, měříme odpor vzduchu, také se komplexně věnujeme ostatním věcem kolem sportu - trenérům, výživě atd. Je běžné, že jezdí kuchaři a kitchen trucky na závody, takže je to úplně jiný sport, než býval.“

**Fanoušci si možná vybaví sportovní ředitele na velkých závodech, že**

**jsou to ti, co řídí týmové auto a křičí na závodníky něco do vysílačky, případně mlátí do volantu, pokud se povede úspěch. Ale co obnáší práce, pokud není závod, mimo sezonu?**

„Dříve jezdili na závod dva sportovní ředitelé – jeden řídil první auto, druhý poslední. První zajišťuje peloton, druhý zajišťuje úniky a stará se o tento servis. Dnes je to tak, že v prvním autě sedí dva sportovní ředitelé – jeden řídí a druhý kouká do iPadu a čte trasu, mluví do vysílačky a dělá další věci. Je to docela náročné. Ten, co řídí, má na starost denní plány, musí naplánovat, kde budou maséři, mechanici, kamiony. Dnes je to už obrovský kolos, protože na závody typu Tour de France jede osm, deset aut, která pokrývají závod. Například jedno auto jede před závodem a upozorňuje nás na nebezpečná místa. Pak máme pět aut, která jezdí na bufety, extra občerstvovací místa, aby závodníci nemuseli jezdit do auta a nemuseli se unavovat. Je toho hodně. Pak se plánuje trasa. Dnes už je běžné, že se dělají powerpointy, aby závodníci věděli, jak vypadá trať.“

**Říkáte víc sportovních ředitelů.**

**Sportovní ředitelé nemají svého vrchního sportovního ředitele?**

„Ano, je tady hlavní sportovní ředitel, nad ním generální manažer a nejvyšší v hierarchii jsou samozřejmě majitelé týmu.“



FOTO: BARBORA REICHOVÁ

## RENÉ ANDRIE

**Narozen:** 1. 4. 1974 v Litoměřicích

**Profese:** bývalý silniční cyklista, aktuálně sportovní ředitel týmu Israel - Premier Tech  
**Závodní kariéra:** 1995-2008, týmy Wüstenrot-ZVZ, ONCE-Eroski, Liberty Seguros, PSK Whirlpool

**Počet profesionálních výher:** 4

**Největší úspěchy:** mistr České republiky 1995 (silniční závod), 2. místo na MČR 1996 (silniční závod) a 2007 (časovka), etapové vítězství na International Hessen Rundfahrt 1996

**Účasti na Grand Tour:** Tour de France (2003), 2x Giro d'Italia (2001, 2005), Vuelta a España (2004)



### **Takže sportovní ředitelé jsou řediteli svých úseků?**

„Ano, dá se říct, že je generální manažer, nejvyšší v týmu. Pod ním je sportovní manažer nebo hlavní sportovní ředitel, takže ve třetí pozici jsou sportovní ředitelé, kterých je v týmu většinou od sedmi do devíti. Ti se starají o konkrétní závod, který mají přidělený, plus během roku mají na starost dva, tři, čtyři závodníky. O ně se musí starat, volat jim, komunikovat s nimi, ne na denní, ale přibližně týdenní bázi, aby věděli, jestli jsou závodníci zdraví, jestli kola fungují dobře, zda si na něco stěžují nebo se jim něco nelíbí.“

**Jako ředitel máte pravomoci, ale s tím jsou spojené zodpovědnosti, když se po závodě řeší výsledky. Může se stát, že ve vašem úseku něco nebylo v pořádku. Jak se to zmapuje, kdo zjistí, co se potom děje?**

„Pokud je neúspěch v závodě způsobený například nevhodnou taktikou během závodu nebo byl špatný logistický plán, například závodníci jsou v závěru bez jídla, bez vody či mají jiný problém, jde vše za sportovním ředitelem.“

**Kolik týmů jste vystřídal?**

„Začal jsem v Hradci pod Vladimírem Vávrou. Dá se říci, že jsem souběžně byl v reprezentaci. Pak jsem pracoval v Quick-Stepu, to byl development tým, kde byli všichni mladí talenti. A odtamtud jsem přestoupil do worldtourového týmu, tenkrát to byl ještě prokontinentální Israel Start-Up Nation, dnes Israel - Premier Tech.“

### **Byl jste tam od začátku, kdy tým začal sbírat úspěchy. Bral jste jako výhodu, že jste ho pomáhal budovat?**

„Když byl tým mladý, tak mě najali na podporu práce s mladšími závodníky. Abych pomohl vybírat talenty a také se zajištěním na závodech. Poměrně rychle jsem byl vyslán i na větší závody. Bohužel vývoj byl tak rychlý, že jsem hned první rok jel na Giro d'Italia. Určitá výhoda to ale je. Člověk zná ten tým a dokonale i kompletní staff, protože změny byly minimální. I když noví maséři a mechanici přicházejí každoročně, takové to jádro a nejužší vedení je pořád stejné.“

**Je častý scénář, že se bývalý cyklista stane sportovním ředitelem a u cyklistiky zůstane? Přináší to benefit pro vaši práci?**

„Je to lepší, protože člověk ví, jak se závodníci cítí. Jestli je bolí nohy nebo nebolí. Jestli se bojí. Jestli se chtějí tlačit, nebo nechtějí. A takové ty pocity, když je teplo, nebo prší, tuší, jestli jim je zima. Když někdo nejedl na kole, představí si to těžko. Hůř si představí, jestli se před cílem může posunout dopředu, když neví, jak se to hodně tlačí, jestli to je nebezpečné. Úsudek člověka, který závodil, je daleko přesnější než toho, co nikdy nezavodil.“

**Je to častá praxe v jiných týmech?**

„Je běžné, že to dělají lidé, kteří závodili v nižších kategoriích, nikdy nebyli top, ale dělají svou práci dobře. Ale určitě je dobré tam mít i lidi, kteří si prošli profesionální kariérou, jeli velké závody a mají tyto zkušenosti.“

### **Byl jste první z Čechů, kdo se dostal k worldtourové stáji, ale teď je tu i Roman Kreuziger, sportovní ředitel Bahrain Victories. Předávali jste si zkušenosti?**

„Myslím si, že pro něj je to ohromná výzva a zkušenost. Byl vynikající závodník, výborný takticky. Slyšel jsem, že tam byl hodně velký tlak od závodníka Sonnyho Colbrelliho, který chtěl, aby mu Roman pomáhal, radil a byl jeho sportovní ředitel. Některé věci si řekneme, hodně jsme si volali. Když jel Roman ke zkouškám na sportovního ředitele, chtěl vědět, jak to probíhá. Prohodíme samozřejmě i slovo během závodu a občas si pomůžeme.“

**Říkal jste, že vaší úlohou bylo vyhledávat mladé talenty. Podle čeho poznáte, že je někdo talent pro mezinárodní konkurenci?**

„Talent se dá hledat jako v každém jiném sportu. Řeknu příklad, jak jsem to dělal já. Nejjednodušší přístup je podívat se na výsledky závodů v kategorii juniorů nebo do 23 let. Člověk řekne: ‚Výborně, tenhle vyhrál, nebo skončil do třetího místa, toho chci.‘ Ale toho chce každý, takže tam je to těžší. Druhá kategorie je taková, že závodník není úplně špatný, je třeba dvacátý, a vy vidíte, že je na kolo trochu tlustý. Řeknete si, že zhubne, wattý na kilo budou okamžitě výtečné a bude vyhrávat. Nebo vidíte, že je takticky nevyzrálý, my mu poradíme a bude lepší. Anebo se to dá udělat tak, že je to úplně někdo bez jediného výsledku a přijde k vám. A to se stalo mně, na mistrovství světa, když jsem dělal trenéra české reprezentace.“

**Co následovalo?**

„Přišli za mnou Poláci a říkali, že tu mají závodníka, který je úplně nejlepší. Nějaký Wisniowski. Tak jsem se podíval, a byl to úplně normální závodník. Nevyhrál žádné závody, žádné výsledky, nic. Tak říkám jo, my ho vyzkoušíme, a vzali jsme ho do Quick-Stepu. Prošel Quick-Stepem, pak byl ve Sky, pak v polském CCC, teď ani nevím, kde je. Ale je v nejlepších týmech, má nejlepší čísla, jeden z nejlepších domestiků. Nevyhrává, ale je výborný závodník. To jsou cesty, jak se dají závodníci najít.“

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



René Andrieu  
na Tour  
de France  
2003

INZERCE





**V týmových sportech jsme vedli debaty, co je víc. Dovednost, hernost, herní intelligence? A ukazuje se čím dál víc, že u velkých sportovců je na prvním místě posedlost nebo umanutost. Je to stejné v cyklistice?**

„Myslím si, že toto je na prvním místě ve všech sportech. Pokud tomu někdo propadne a jde za tím, je tam vidět ta odhodlanost. To jsou ti lidé, kteří to dokáží zlomit a převáží miskou vah na svojí stranu. Jsou lidé, kteří chtějí vyhrávat, a pak jiní, kteří to berou jako že jo, dobrý. To je případ Lukasse Wisniovského - on touží být dobrý, ale chce pomáhat, nechce vyhrávat. Takže je dobrý do týmu, ale není lídr. Když jsme ale měli Filippiho, tak ten by umřel, klidně by si ukousnul nohu, aby byl první.“

**Jak vypadá cyklistický tým? Někdo je lídr, jsou tam domestici, super domestici. Zkuste nám to objasnit.**

„Je to jako ve všem. Fotbalisté mají jedenáct hráčů, ale jsou jen tři, co dávají góly, ostatní musí přihrávat a bránit. My to máme stejně, závodníků je třicet. Máme lídra na celkovou klasifikaci Tour de France, jímž je výborný vrchař, tempař, časovkář, příklad je Chris Froome. Takže si řekneme, že bereme jeho. K němu nabereme domestiky. Další dva vrchaře, kteří jezdí perfektně v kopcích a mohou mu pomáhat. Pak lidi, co jezdí po rovinách, to už jsou takoví ti horší, druhá, třetí garnitura. Potom vezmeme lidi na klasiky – kostky, jednodenní dlouhé závody na 250 až 270 kilometrů, Paříž – Roubaix. A ještě ty bláznivé sprinty, kteří nepoužívají brzdy. Takový, než by zabrzdil, tak radši spadne. Třeba my

# 2014

**V tomto roce založili Ron Baron a Ran Margalio cyklistický tým Israel Cycling Academy (ICA), předchůdce dnešního Israel - Premier Tech.**

tam máme Giacomu Nizzola a ten říká: Mně je to jedno, přivezte mě do poslední zatáčky, a já buď spadnu, nebo vyhraju. Ke sprinterovi vybíráte různé lidi. Takže třeba máme dva lídry na celkovou klasifikaci, dva lídry na klasiky, k tomu dva sprintery, takže šest. A ti ostatní na ně jenom pracují. Stejně jako v ostatních sportech.“

**Jak hodně se u cyklistů liší dovednosti na kole? Všichni umí šlapat vysoké watt, předvádět velký výkon, ale pak se objeví nějaký Matej Mohorič, který ve sjezdu všem ujede. Hraje i toto hodně velkou roli?**

„V moderní cyklistice se útočí ve sjezdu, ti lidé opravdu jedou na limitu a hodně padají. Dovednost, aby sjížděli, je hodně, hodně důležitá. Top cyklisté jsou dobří sjezdaři, ale je tam plno lidí, kteří se bojí a zabrzdí, nebo nechtějí jet za jiným závodníkem. My je to učíme, vysvětlujeme jim to. Příklad: ve sjezdu jede za sebou deset lidí. Ten, co se bojí sjíždět, jede poslední a do zatáčky samozřejmě trochu přibrzdí. Tím jim odpadne pět až deset metrů. Tak já jim říkám: V pohodě, bojíš se, já se také bojím. Vidíš toho před sebou? Brzdí, ne? A teď vidíš, že ty brzdy

pustí a začne šlapat. Tak to asi znamená, že zatáčka končí, takže můžeš začít šlapat, protože už se asi nic nestane.“

**O kolik se cyklistika zrychlila od podzimu 2008, kdy jste končil kariéru?**

„Jak stárnu, ani nevím, jestli jsem jezdil s galuskou kolem ramen, nebo bez. (smích) Ale kola vypadají úplně jinak. Dřív byly bovdeny nahoře, dnes se vše vede rámem. Kola jsou neskutečně aerodynamická, mají ‚placatá‘ řídítka. Všude dbají na to, aby byly přední vidlice široké, aby tam proudil optimálně vzduch. Zadní vidlice není uchycena pod sedlem, ale je někde v půli rámu, opět z důvodu optimální aerodynamiky. Já závodil v co nejvolnějším dresu, protože mě to tlačilo přes břicho, dneska vládnou k tělu přiléhající kombinézy. Všichni používají aerodynamické ponožky, které vypadají pomalu jako golfové míčky, opět z důvodu co nejlepší aerodynamiky. Helmy jsou také optimalizované pro co nejmenší odpor vzduchu... V nadsázce je to raketová věda. Aerodynamika ušetří watt, takže oni zrychlují.“

**O kolik?**

„Já jsem jezdil 30, 32, ale oni už jezdí 35, 37 (průměrná rychlost v km/h), takže dnešní moderní kolo jede při stejném vynaloženém úsilí rychleji. Přirozeně je rychlejší i při sjezdu. Je to nebezpečnější, protože se jim to fakt rozjede. Dřív bylo pár sjezdů například v Rakousku, kde se jezdilo stovkou, dneska to jsou schopni na sto rozjet kdekoliv - a pak se samozřejmě hůř zastavuje.“

**Kolik dní v roce jste v Česku a kolik závodů stihnete za rok objet?**

„U sportovních ředitelů to je většinou 120 až 140 závodních dní. Já toho mám letos trochu víc, kvůli covidu a jiným dalším problémům přibližně 160 až 170 závodních dní.“

**Jak se váš tým dostal do World Tour? Mohl byste vysvětlit, jak funguje tento proces?**

„Tam to funguje tak, že se po třech letech uděluje licence, počítají se body, které týmy obdrží na základě sportovních výsledků. Na licenci má nárok prvních 18 týmů a právě letos je sezona udělování licencí. Je velký boj, kdo se ve World Tour udrží a kdo spadne. V našem případě to bylo tak, že končil tým Kaťuša a my jsme koupili licenci od nich. Převzali jsme lidi, kteří byli pod smlouvou – maséry, mechaniky, závodníky. Celou jejich



Kanad'an Hugo Houle, král úvodní pyrenejské etapy letošního Tour de France, člen sestavy Israel - Premier Tech

FOTO: ČTK



Australan  
Simon Clarke  
se spolujezdci  
z izraelského  
týmu po vítězném  
dojezdu páté  
etapy Tour de  
France 2022

strukturu jsme převzali a začali jsme být World Tour tým.“

#### Obhájíte licenci?

„Nebyli jsme na tom vůbec dobře, ale už to vypadá lépe. Pořád jsme na limitu. Dobré body do týmu přinesl Michael Woods, který vyhrál závod ve Francii. Byli jsme třetí v závodě Okolo Švýcarska. Z toho nejhoršího jsme asi venku. Když to půjde tímto tempem, tak věřím, že zůstaneme.“

#### Před časem jste koupili Chrise Frooma a kolem toho rozhodnutí panovaly debaty, jestli to bylo správně, nebo ne. Jak to hodnotíte teď?

„Nabídli jsme mu smlouvu na pět let. Potom, co se zranil a nedostal smlouvu v Ineosu. První rok nic moc. Vracel se, stále se s ním táhly zdravotní problémy, výkonnost měl špatnou. Minulý rok, vlastně až letošní sezonu, jde nahoru. Nedávno na Dauphiné nejel úplně špat-

ně, v první etapě byl znát určitý záblesk, že vypadal jako dřív. Není zatím úplně top top, ale jel Tour de France. Ovšem jeho letošním cílem by měla být Vuelta. Tým říká, že by mohl skončit do pátého, možná do třetího místa.“

#### Zmínili jsme jméno Chrise Frooma. Váže se na něj i marketingový potenciál. Dá se říci, že s příchodem velké hvězdy celý tým a jeho atraktivita stoupá?

„To každopádně. Je to dnes asi nejuspěšnější závodník v pelotonu. Vyhrál devětkrát Grand Tour, čtyřikrát Tour de France, takže výborný závodník, legenda. Šlo o to, jestli se znovu povede vyhrát Tour de France s naším týmem, nebo dosáhnout alespoň na pódium, ale mediálně je to hodně zajímavé. Kamkoliv přijedeme, je veliký zájem o rozhovory. Hukot kolem něj je ohromný a obdivuji ho i díky tomu, že ten tlak je schopen ustát.“

#### Když Peter Sagan měnil týmy, tak do TotalEnergies přivedl i celý Specialized a všichni jezdci na Specialized. Byla i s Froomeem podobná domluva?

„Chris si přivedl pouze maséra a mechanika, to bylo všechno. Začal pomáhat s určitým vývojem. Minulý rok vstoupil do firmy Factor, která sponzoruje náš tým, a tam se podílí na vývoji a vylepšení závodních kol.“

#### S jakým ročním rozpočtem váš tým operuje?

„Já si myslím, že náš budget je mezi 22 a 24 miliony eur.“

#### V rámci pelotonu to je větší, nebo menší částka?

„Podle mě to bude páté až sedmé místo. Myslím si, že patříme k týmům s největším budgetem.“

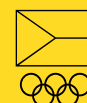
#### Hodně se po Giru řešilo, jak zářili jezdci nejméně zámožného týmu Intermarché- →

# VĚRA ČÁSLAVSKÁ

Výstava 6. 5. 2022 – 30. 9. 2022 | Nová budova Národního muzea



NÁRODNÍ  
MUZEUM



ČESKÁ  
OLYMPIJSKÁ  
AKADEMIE





FOTO: ČTK/AP

### Wanty Gobert. Jak důležité jsou peníze a co rozhoduje v týmu?

„Je to jako ve všem. Čím větší budget, tím se dají koupit lepší závodníci. Dají se koupit lepší mechanici, lepší maséři. Všechno lepší. Papírově. Ale může dojít k věci, ke které letos došlo na Giru: v Intermarché to perfektně namíchali, měli perfektní atmosféru, skvělý team spirit. Jan Hirt ovládl Kolem Ománu, vyhráli několik jarních závodů... Kamkoliv přijedou, tam vyhrávají. Týmový duch je další věc. Věří si, jdou do toho trochu uvolněněji. My jsme malinko svázaní tím, že musíme mít body, ale jim je to jedno. Oni jich už dnes mají tolik, že jenom jedou, čekají a využijí nejlepší příležitosti. Sport je sport a největší outsider může porazit jasněho favorita, jako se to stává ve fotbale a v hokeji. Stává se to i v cyklistice, a to je na tom sportu hezké. Povedlo se jim, že po loňském trápení podepsali na letošní sezonu několik nových jmen a vyměnili několik závodníků. Skvěle jim to sedlo a vyhrávají.“

### Zmínil jste realizační tým.

**Vyhodnocujete brutálně data, zároveň sbíráte zpětné vazby okamžitě po závodech, ale i pocity akτέρů. Můžete se k tomu vrátit?**

# 1

**Izraelský tým jako první v UCI World Tour angažoval sportovní ředitelku. Cherie Pridhamová se v prosinci 2020 přidala k Renému Andrielemu a spol.**

„Hlavní kouč Paolo Saldana, který má vše na starost a vybírá závodníky, vytvořil dotazník, který vyplňují i maséři, mechanici a sportovní ředitelé. Každý jinou formou. Příklad: Jak to bylo logisticky složité? Jak probíhal závod? Chybělo mi něco, nechybělo? Jaký byl hotel? Vařili dobře? Parkoviště? Všechny detaily okolo. Pak se mě ptá na závodníky. Všechny sedm, osm, kteří jeli závod, musím ohodnotit. Jaká byla jejich výkonnost, jaké bylo jejich nasazení, jestli bylo dobré, nebo na to kašlali, snažili se někde schovávat? Jak to bylo po stránce zdravotnické, jestli byli zranění. Boduji je od 1 do 5. Pak: jaká byla celková úroveň závodníka. Jestli ho hodnotím jako pozitivního, nebo negativního. To je zajímavé, pro-

tože to tvoří určitý obrázek i o těch, kdo hodnotí. Vidí, jestli jsem tvrdší, nebo ne. Jestli mám výkyvy nálad. Jestli jsem rozložený, protože mě někdy naštvou, tak dám všem jeden bod na všechno. A když jsem v pohodě, koupí mi pivo, tak dám všem pět bodů.“ (smích)

**No právě. Cyklista řekne, že měl špatně připravené kolo, a ptají se mechaniků: Jak se vám zdál výkon závodníka? A oni třeba řeknou: Na takovém kole, co už by víc chtěl?**

„On hlavně napíše - žádný problém. Neměnili jsme kolo, nepíchli. Žádný problém s brzdami, s ničím. Takže mechanik řekne: Co to ten závodník mele, když kolo bylo stoprocentní? A já píšu otázku: Měli jsme mechanický problém? Neměli. Pokud bychom píchli, řešili defekt, tak ano. Ale když hlásí ‚kolo divný‘, tak si řeknou: To je blázen, hledá výmluvu.“

### Která data sledujete?

„Watty, tepy. Monitorujeme, pokud to jezdců nejde, krevní obraz. Berou jim krev, máme veškerá data, máme vnitřní dopingové kontroly, jestli neberou něco zakázaného. V tomto je náš tým naprosto striktní. Máme nulovou toleranci k dopingům, takže hodnotíme a analyzujeme úplně všechno.“

**Vraťme se k Giru a celkově šestému Janu Hirtovi. Vy jste se ho v roce 2020 snažil lovit do své stáje, že?**

„Bylo to zrovna s příchodem Frooma. Byli jsme v Andoře na soustředění. Tam nám řekli: Žádné tajemství, podepsali jsme Frooma. Je náš. Kdo si myslíte, že by mu mohl pomáhat v kopcích? Všichni - sportovní ředitelé, trenéři, vedení - jsme napsali jména. Tak se vybralo dvanáct vrchařů. Byl tam Hirt, Roman Kreuziger a další skvělí vrchaři, všichni závodníci, co byli volní, které bychom chtěli. Další pokyn: Každého ohodnoťte a napište ho na první až dvanácté místo - a Hirt skončil druhý. Asi jsme s ním jednali, ale nakonec to nevyšlo. Jak jsme ho tam napsali, někdo vynesl informaci ven a okamžitě ho podepsali jinde. Jenom, abychom ho neměli my. Bohužel.“

**Jakub Kudláček pracuje pro Michaela Jordana jako skaut v NBA a říká, že každý jeho výrok je zaznamenán. Je i každý váš názor zaznamenán, abyste mohl prohlásit: Já jsem to říkal?**

„Doufám, že ne, protože chyb tam bylo tolik, že by mě už dneska vyhodili. (smích) Máme konferenční hovory a nově, půl roku, je nahráváme. Používáme Zoom, zmáčkneme tlačítko a je to

nahrávané, takže se k tomu dá kdykoliv vrátit. Ale jakékoliv vybírání a hodnocení závodníků se řeší přes online aplikace, přes Google Sheets, takže je dnes všechno zaznamenané.“

**Končil jste v roce 2008, tedy v éře Lance Armstronga a s ním spojených dopingových skandálů. Podařilo se cyklistice od té doby očistit svoje jméno?**

„Myslím si, že i v době, kdy Armstrong závodil, už opatření a kontroly proti dopingům byly neskutečné. Cyklistika chtěla víc dopingových kontrol, přišli s biologickými pasy, které fungují tak, že se závodníkům bere preventivně dvanáctkrát za rok krev. Jakmile je tam jakákoliv anomálie, závodník se suspenduje, jde na vyšetření a analyzuje se, jestli to je díky dopingům, nebo kvůli zhoršenému zdraví. To je dobré, protože už se doping z cyklistiky téměř úplně vytlačil. Samozřejmě se asi vždycky najde někdo, kdo bude švindlovat, ale tato prevence je ohromná. Díky tomu jezdci nezávodí, netrénují nemocní nebo s jinými zdravotními problémy. V nejhorším případě se předchází i smrtelným událostem.“

**Tour de France je největší, je kolem ní největší humbuk, ale prý si týmy i závodníci víc užijí Giro. Jak je to u vás?**

**„KDO BY MOHL POMÁHAT FROMOVI V KOPCÍCH? VŠICHNI - SPORTOVNÍ ŘEDITELÉ, TRENÉŘI, VEDENÍ - JSME NAPSALI JMÉNA. JAN HIRT SKONČIL DRUHÝ. JENŽE NĚKDO VYNESL INFORMACI VEN A OKAMŽITĚ HO PODEPSALI JINDE.“**



Jan Hirt, šestý muž letošního Giro d'Italia

„Tour je největší závod a myslím si, že to je jedna z největších a nejsledovanějších sportovních akcí na světě. Tlak na závodníky je ohromný, jedou tam nejlepší lidi, nejlépe připravení, závod je ohromně těžký, mraky diváků, obrovský zájem médií. I ten, koho cyklistika nebaví, ví, že se jede Tour de France, ve Francii mají svátek. Toto dělá ten závod ještě daleko těžším. Když jsem jel Tour de France já, tak jsem tam přijel, přišel náš tiskový mluvčí a řekl mi, že přijeli novináři z Čech a mám dělat rozhovor s tímhle, tímhle a tímhle. Na to jsem vůbec nebyl zvyklý. Jezdil jsem závod jako domestik a tam mě nikdo neznal. Ani nevěděli, že jezdím na kole. Když mě potkali na chodbě, mysleli si, že myju kolo nebo že masíruju. A teď přijeli na Tour de France za mnou dělat rozhovory. Toto je strašně vyhocené.“

**V čem ještě?**

„Je tam šílený provoz. Jedete po etapě hodinu, ale klidně i dvě, na hotel. Etapa skončí třeba v pět, člověk si dá sprchu, nají se, jedete autobusem na hotel, začne se masírovat, skončíte v devět. Závodník jde na večeři třeba v půl desáté, ale doprovod jde v jedenáct, v půl dvanácté, a ráno musí vstát v sedm a všechno připravit. Na všechny je toho hodně. Přijedou tam sponzoři, chtějí vidět to, co platí, jak jedou, jak se jim daří, nebo nedaří. Je to ve všech směrech strašně vyhecované a je to obrovský rozdíl oproti Giru d'Italia a Vuelte.“

**Je Tour váš nejoblíbenější závod?**

„Vůbec. Jako závodník jsem ji jel jednou. A jako sportovní ředitel nikdy. Několikrát se mě ptali a několikrát jsem odmítl. Mám rád Giro d'Italia, líbí se mi příroda v Itálii, špagety, cappuccino... Letos jsem jel ředitelsky Giro, mám jet ještě Vuelte.“

**Jak jste povídal o tom tlaku...**

**V týmových sportech poznáme, když se někdo podělá - je nepřesný, neriskuje, špatně volí, nedodrží taktiku. Jak se pozná, že se podělá cyklista?**

„Například se bojí tlačit. Nechce jet v mlýnici vpředu, kde to padá, kde o sebe škrtaří. Jede v klidu za nimi.“

**Ale má od vás přece zadání, ne?**

„To má, ale on tam jede někde na kraji. Já mu řeknu: Posuň se dopředu, a jemu to nejde. Tak nám něco řekne, proč mu to nešlo, že se tam nemohl dostat, nebo už to bylo prostě pozdě. Samozřejmě hledá výmluvu, aby tam nebyl. Prostě je vidět, že to není úplně ono. A tím, že se méně tlačí, má horší pozici, stojí ho to víc sil, začíná být unavenější, a to má dopad na výsledky.“ □



# Univerzita jako pilíř NHL

Univerzitní hokej NCAA dal NHL největší eso současnosti. Cale Makar, opora týmu Colorado Avalanche, vyhrál letos Stanley Cup, získal Norris Trophy pro nejlepšího obránce a Conn Smythe Trophy pro nejužitečnějšího hráče play off.

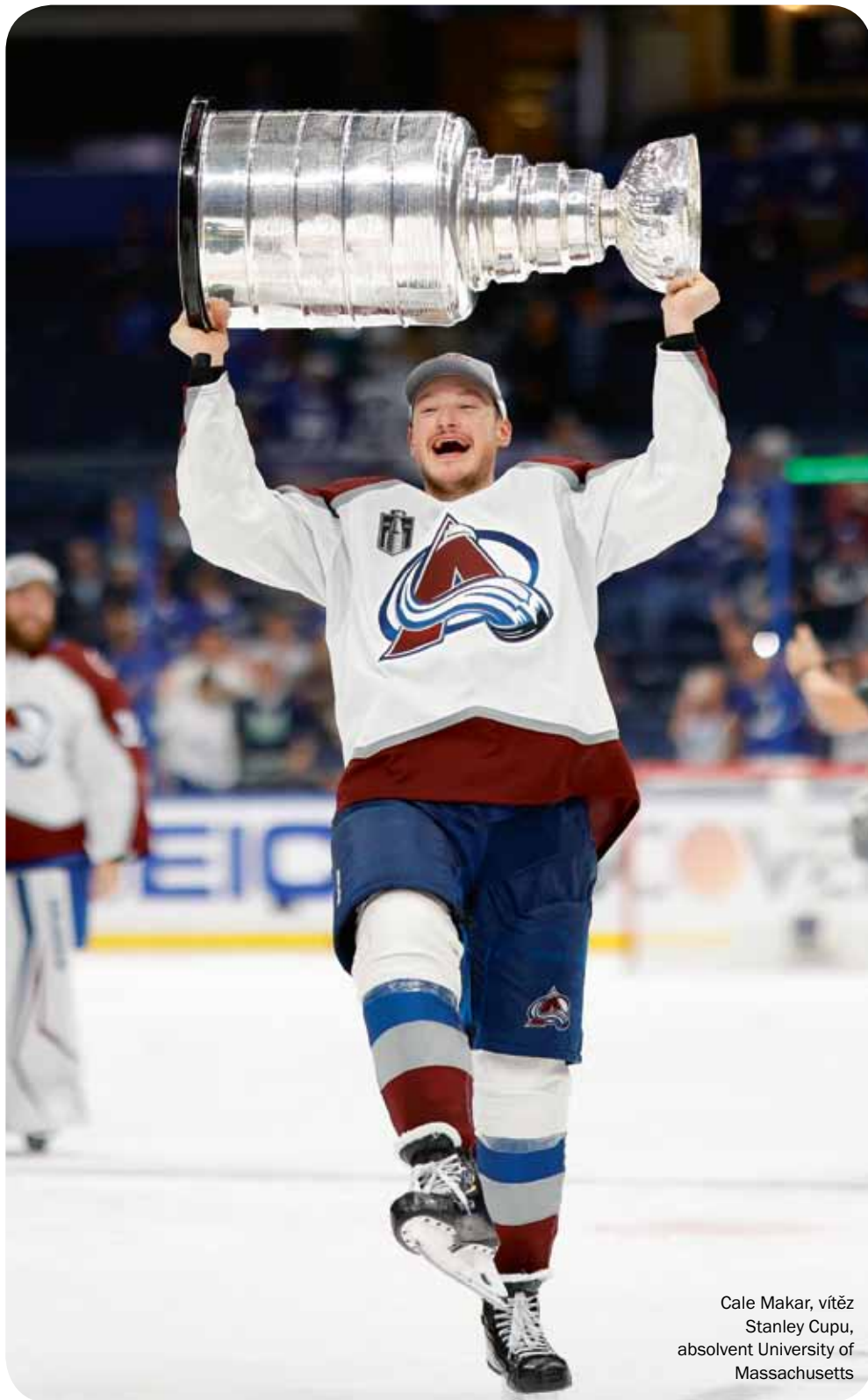
TEXT: SLAVOMÍR LENER

**P**odle statistik College Hockey Inc. hrálo v roce 2004 univerzitní hokej 23 procent ze všech hráčů NHL, v roce 2019 už 33 procent a v uplynulé sezoně se procento ještě zvýšilo - v NHL bruslilo rekordních 348 bývalých vysokoškolských hráčů.

Růst bude pokračovat. V draftech NHL se za posledních 15 let objevilo v průměru více než 60 současných nebo budoucích vysokoškolských hráčů a týmy pokračují v hledání dalších v žebříčku NCAA. Letos v létě bylo vybráno v 1. kole sedm hráčů z NCAA, z nich dva v Top 5. Vysokoškolský hokej je jedním z největších dodavatelů talentů do NHL a předčil celou Evropu.

48 škol NCAA divize I mělo v letech 2021 a 2022 hráče, který nastoupil v NHL. Michigan vedl všechny školy s 26 absolventy v NHL, následovaný Minnesotou (25), Boston College (24) a Severní Dakotou (24). Cale Makar, skvělý bruslař, technik, dominující aktivní hrou, vystudoval UMass.

Většina (68%) z 348 bývalých vysokoškoláků v NHL odehrála alespoň tři sezony na akademické půdě. Jedenáct absolventů NCAA vedlo své týmy NHL v počtu vstřelených gólů a deset vedlo své týmy v kanadském bodování, přičemž Johnny Gaudreau, exceloval se 115 body za Calgary Flames.



Cale Makar, vítěz Stanley Cupu, absolvent University of Massachusetts

FOTO: REUTERS

## KDO TAKÉ VYSTUDOVAL UNIVERZITU

Brian **Leetch**, Johnny **Gaudreau**, Chris **Kreider** (Boston Coll.), Jack **Eichel**, Keith **Tkachuk** (Boston U.), Tony **Esposito** (Michigan Tech.), Rod **Brind'Amour**, Duncan **Keith**, Torey **Krug** (Michigan State), Max **Pacioretty**, Dylan **Larkin**, Jacob **Trouba**, Kyle **Connor** (U. of Michigan), Phil **Kessel**, Blake **Wheeler**, Thomas **Vanek**, Alex **Goligoski** (U. of Minnesota), Brett **Hull**, Justin **Faulk** (U. of Minnesota-Duluth), David **Backes** (Minnesota State U.), Ed **Belfour**, Jonathan **Toews**, TJ **Oshie** (North Dakota), Martin **St. Louis**, Viktor **Stalberg** (Vermont), Paul **Kariya**, Gustav **Nyquist** (Maine), Glenn **Anderson**, Paul **Stastny** (Denver), Chris **Chelios**, Gary **Suter**, Dany **Heatley**, Curtis **Joseph**, Joe **Pavelski** (Wisconsin), Jonathan **Quick**, Cale **Makar**, Justin **Braun** (Massachusetts), Ken **Dryden**, Joe **Nieuwendyk** (Cornell), Rob **Blake** (Bowling Green), Jake **Guentzel** (Nebraska Omaha), Alex **Killorn** (Harvard), Dan **Boyle** (Miami)

„Univerzitní hokej má uznání a respekt, který si zaslouží,“ řekl David Quinn, trenér Boston University. „Kluci opustí vysokou školu a mohou hned hrát NHL. Hra v NCAA je rychlá, náročná a nutí hráče trénovat, aby se zlepšovali. Nemůžete polevit, stále na sobě pracujete, každý zápasový večer je pořádná bitva.“ „Hrajete již proti dospělým mužům a celková školní struktura opravdu pomohla zlepšit moji hru,“ prohlásil Kyle Connor, útočník Winnipegu. „Kvalitní tréninky mi pomohly především zdokonalit dovednosti.“

Univerzitní hokej je v USA stále prestižnější a má výsledky. Nabízí hráčům-studentům skvělou kombinaci sportu a studia na nejvyšší úrovni. Univerzita hráče sportovně posouvá a s patřičnou kvalifikací ho připraví na budoucnost po hokejové kariéře. „Fyzicky jsou univerzitní hráči dobře připraveni zvládnout úskalí NHL, protože chápou hodnotu tréninku, výživy a odpočinku,“ říká John Hynes, trenér New Jersey. „Velkou součástí univerzitního hokeje je mimosezonní trénink a výživa. Když se sem dostanete, je to váš životní styl, který vám umožní hrát na této úrovni a trvale více než 82 zápasů.“ Kanceláře NHL jsou plné generálních manažerů, asistentů generálních manažerů a skautů, kteří hráli univerzitní hokej. Hlavní trenéři a asistenti trenérů v lize mají vysokoškolské vzdělání, včetně několika najatých přímo z vysoké školy.

Kam tedy jít? O jakou školu se ucházet? Vyzpovídal jsem Jiřího Fischera, ředitele hráčského rozvoje v Detroit Red Wings. „Jsou univerzity, které vás nejlépe připraví na hokejovou kariéru, a proto nejlepším hráčům i uleví v docházce, hodně času se dá ušetřit on-line nebo letní výukou, kde se dají dopředu nasbírat nějaké kredity,“ říká. „Jiné univerzity naopak zas tak moc na sport nedbají, připraví vás perfektně na život a tvrdě vyžadují plnění školních povinností a kreditů.“

Co dnes univerzita hokejistovi nabízí? „Vybraný sport a vzdělání. V posledních pár letech dochází již od věku 14-15 let ke specializaci, na nic jiného než na školu a hokej není čas. I kdyby kluci chtěli pěstovat další sport, nelze to na univerzitě stihnout. Hokejové tréninky jsou velmi náročné. Trenéři dbají na to, aby z dané hodiny vytěžili co nejvíce. K tomu 1-1,5 hodiny tvrdého posilovacího tréninku, který vás totálně vyždímá. Učení, kredity, zařizování osobních záležitostí. Brzy ráno v 6 hodin odjezd z domova a den je delší a delší. Ve 22 hodin jste rád, když jste doma.“

To stojí rodinu nemalé peníze. „Pokud se chcete dostat do prestižních soutěží, jako je USHL nebo NCAA, rodinu to bude stát mezi 150 až 200 tisíci dolary. Jen výjezd na tří nebo čtyřdenní turnaj vyjde rodinu, která zaplatí cestu, hotel a stravování, na zhruba 5 tisíc dolarů. Největší investicí je ale čas. Neustálé

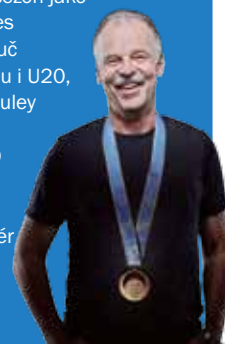
dojíždění na tréninky, speciální tréninky, zápasy, turnaje. Mnoho rodičů si to může dovolit jen proto, že mohou v autě a na parkovišti u stadionu pracovat on-line.“

Postřehy mi dodal i Andrej Šustr, momentálně obránce Minnesota Wild. Jak mohl při škole NCAA v Nebrasce zvládnout studijní povinnosti a k tomu trénovat a hrát hokej? „Školu jsem si dělal i v letních měsících, abych to přes zimu stíhal a pak si udělal bakaláře. K tomu jsem se musel v Americe o sebe starat, najít si bydlení, vařit si. A být na sto procent připraven na tréninky a zápasy. Soutěž je náročná. Hrají tam i starší kluci ve věku 23-26 let, je to takový mezistupeň mezi juniorským a dospělým hokejem. Důležitá je rychlost, síla a dovednosti, vše již téměř na úrovni NHL. V NCAA zesílíš, vyspěješ a dozraješ.“

Také další Češi, což je pozitivní trend, odcházejí v poslední době za studiem a hokejem do amerických univerzit. Mezi nejlepší v NCAA patří Jáchym Kondelík, University of Connecticut. „Když nemáš dobré známky, nehraješ,“ vysvětluje. Jako kapitán dovedl tým do finále své divize. Sbíral téměř bod na zápas a letos podepsal dvouletý nováčkovský kontrakt s Nashvillem v NHL. Na twitteru napsal: „Jsem navždy vděčný za všechny přátele a vzpomínky, které jsem si za poslední čtyři roky v UCONN vytvořil.“ □

## SLAVOMÍR LENER

- po boku Ivana Hlinky trenér hokejových olympijských vítězů v Naganu 1998
- v NHL působil šest sezon jako asistent Calgary Flames a Florida Panthers, kouč reprezentačního A-týmu i U20, Sparty, Düsseldorfu, Luley a Linköpingu, kde odkoučoval přes 1000 utkání (2x zlato a 4x bronz)
- působil jako šéftrenér svazu a manažer reprezentace (1x stříbro, 2x bronz)



INZERCE

ČESKÁ  
OLYMPIJSKÁ  
NADACE



Pomozte nám  
vrátit děti  
ke sportu.  
Stojí to za to!

[www.olympijskanadace.cz](http://www.olympijskanadace.cz)



HLAVNÍ PARTNER



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



Česká televize



Rok 2019 vystřelil **JANA ČEJKU** do říše plnění plaveckých snů. Během dvou měsíců se stal mezi juniory mistrem Evropy i planety. Zlato z juniorského mistrovství světa má jako jediný český plavec v historii. Bravurně zvládá i přechod mezi dospělými plavci a v 21 letech už má za sebou i olympijskou zkušenost. Čejkovu cestu k výšinám provází spolupráce s trenérem Martinem Kratochvílem.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

# Slyším trenérův hlas a hned se mi plave líp

FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ



**JAN ČEJKA**

**Narozen:** 29. 5. 2001

**Profese:** plavání, reprezentant, klub SCPAP Pardubice

**Úspěchy:** juniorský mistr světa 2019 (50 m znak), juniorský mistr Evropy 2019 (200 m znak), bronz na MEJ 2019 (100 m znak), 5. místo na MS v krátkém bazénu 2021 (200 m znak), účastník OH 2020 v Tokiu (18. místo na 200 m znak), účastník ME 2021 a MS 2022

**České rekordy:** 50, 100 a 200 m znak v 50metrovém bazénu, 50 a 200 m znak v krátkém bazénu

## První plavecká tempa

„Jedním z prvních trenérů byla moje mamka, která dělala plavání kojenců nebo těch nejmenších dětí. Takže jsem začínal s rodiči, mamkou a taťkou. Pak v přípravce někdy ve čtyřech letech jsem trénoval u paní Farské, která mi dala základní výcvik, abych se neutopil a udržel se trochu na vodě. Ani bych to nepovažoval za plavání. Byly to spíš hry ve vodě a učili jsme se plavat, než abychom trénovali. Pak jsem měl v přípravkách několik trenérů, ale nebyly to tréninky, spíš kroužky, kdy jsme jen tak plavali.“

## První sportovní trenérka

„První trenérkou, kdy jsme už opravdu systematicky trénovali, byla paní Zemanová v SCPAP v Pardubicích. S tou jsem začal i jezdit na závody a plavání už přestalo být jen hraním si ve vodě. Byla pro můj plavecký vývoj důležitá, protože na nás byla dost přísná. Neměla to s námi jednoduché. Byli jsme parta kluků a holek, dělali jsme různé hlouposti a zlobili ji. Naučila nás ale disciplíně, že na tréninku se máme soustředit na plavání a nepřišli jsme tam po sobě stříkat vodu a potápět se. Díky ní jsme si dobře zapamatovali, že na tréninku se trénuje, a hrát si můžeme až po jeho skončení. Dala mi i důležité základy techniky a první objemy jsem začal plavat právě u ní.“

## Skutečné plavání

„Plavání mě hodně bavilo a chtěl jsem se plavání věnovat. Zkoušel jsem víc sportů, ale plavání mě táhlo ze všech nejvíc. Další motivaci mi dodaly i úspěchy, kterých jsem pomalu začal dosahovat. Už když jsem trénoval u paní Zemanové a jezdili jsme po různých závodech, získával jsem první medaile. A pak se projevilo nějaké nadání a dispozice, že bych mohl být úspěšný, během roku, kdy jsem trénoval u paní Štěrbové.“

## Martin Kratochvíl

„Přibližně s přechodem ze žáků do dorostu jsem začal trénovat s panem Kratochvílem. Strašně důležité je, že se zaměřujeme na trénování techniky a neustále ji řešíme. Při těžkých trénincích, v podstatě v jakékoli fázi sezóny, mě i další plavce ve skupině opravuje. Zabýváme se technikou, abychom se co nejvíc přiblížili dokonalosti. V plavání je technika hodně důležitá a nesmí se zanedbat. Sám vím a cítím, že když si dám třeba týden nebo dva pauzu a vrátím se do bazénu, techniku mám rozhozenou.“

## Nakažlivý entuziasmus MK

„Musím vyzdvihnout, že pan trenér je do plavání neuvěřitelně zapálený. A když on je tak hodně zapálený, tak svou pozitivní energii přenáší na nás a v tréninku se nám pak plave úplně jinak, protože cítíme jeho nasazení



a energii. Není to tak, že by pan trenér byl pro nás jen trenér. Dělá pro nás spoustu věcí okolo. Pomůže se školou, odveze nás na závody, je nám nápomocen prakticky ve všem, co potřebujeme. Je skvělé, že ten vztah není jen na tréninku, když přijdeme a od čtyř do šesti plaveme. Řeší i všechny věci okolo, stará se o nás, a to je naprosto fantastické. Hrozně si toho vážím a vím, co všechno pro naši skupinu obětoval, abychom měli co nejlepší podmínky. Vidím, kolik energie stojí chodit na tréninky, trávit každý den dlouhé hodiny na bazénu a o víkendech se pak jezdí na závody. Je to neuvěřitelné vyřízení nejen pro plavce, ale i pro trenéra.“

### Důvěra v trenéra

„Musím říct, že jsme se předtím, než jsme spolu začali, nijak moc neznali. Věděl jsem jen, že je trenérem v klubu, ale

nijak jsme nespolečně pracovali. Když jsme spolu začali trénovat, hrozně dobře na mě zapůsobilo, že s námi vždycky o všem mluvil. Říká nám, co trénujeme a proč, k čemu nám konkrétní věc z tréninku bude. Vždycky nám celou dobu vysvětloval, jaká série k čemu slouží, co za jeho myšlenkami a systémem stojí. Tím, že nám všechno vysvětloval, jsem pochopil jeho myšlenky, jeho filozofii a jakým směrem chceme jít. Přišlo mi, že to je správný směr, tím si získal moji důvěru. Tím, že jsem tomu porozuměl, jsem přesvědčený, že je to správná cesta. I proto dávám plavání a každému tréninku 100 procent. Kdybych nevěřil, že je to správná cesta, tak bych plavání nejspíš tolik nedával. Sedli jsme si i lidsky a velmi dobře si rozumíme. Myslím si, že komunikace mezi námi a to, že máme skvělý vztah i mimo bazén, je super.“

---

**„ZABÝVÁME SE  
TECHNIKOU, ABYCHOM  
SE CO NEJVÍC PŘIBLÍŽILI  
DOKONALOSTI. V PLAVÁNÍ  
JE TECHNIKA HODNĚ  
DŮLEŽITÁ A NESMÍ SE  
ZANEDBAT.“**

---

→





Nerozlučná dvojice.  
Jan Čejka s panem  
trenérem Martinem  
Kratochvílem.

FOTO: ARCHIV MARTINA KRATOCHVÍLA

## Tréninkový plán

„Když jsem byl mladší, bylo to tvrdší, pan trenér měl víc rozhodující slovo. Čím jsem starší, tak už plány řešíme společně. Ale pan trenér byl vždycky v tomto směru skvělý, protože se nás po každém tréninku ptal, jak se nám plavalo, jak se cítíme, jak jsme unavení - a podle toho upravoval plán, aby nám to co nejvíc sedělo a mohli jsme udělat práci, kterou potřebujeme. Neustále ho zajímají mé pocity, jak jsem unavený, jestli mě bolí ruce a nohy, a podle mé zpětné vazby nastavuje tréninky, abych měl i čas na regeneraci. Když jsem byl mladší, tak v 15 letech nemůžete klukovi dovolit, aby si říkal, co chce plavat. Teď v jednadvaceti se mě už pan trenér ptá víc, na co mám chuť, a dáváme to dohromady víc společně. Ale rozhodující slovo má stejně on.“

## Když se nedaří

„Vždycky máme nějaký plán a cíl sezony. Když se během sezony nedaří a pár závodů nevyjde tak, jak jsme si představovali, sedneme si a řekneme, že cíl sezony je stále před námi a to, co se děje, je součástí cesty. Práci, kterou jsme chtěli udělat, jsme udělali, a je důležité, aby se nám to pak podařilo

# 15

**O tolik setin sekundy vyhrál světové juniorské zlato na 50 metrů znak v Budapešti 2019. Finále plavali ještě dva Američané, Rusové, Ital, Ind a Polák.**

na vrcholu sezony. Rozhodně nepropadáme panice a dáme to nějak dohromady. A klapě nám to tak dobře.“

## Určování cílů

„Na začátku sezony si každý plavec při sezení s panem trenérem promluví o tom, jak si oba představují, aby sezona probíhala, co je jejím vrcholem a čeho by chtěl sám plavec dosáhnout. Pan trenér si to vyslechne a řekne svůj názor na věc. Pak je jasné, na čem chtějí plavec i trenér pracovat, kam se chtějí dostat a co pro to udělat. A pan trenér sám říká, že je prostředníkem, aby nám pomohl dopracovat se k našim cílům.“

## Koučovy emoce

„Před startem je určitě nejvíc slyšet pana trenéra. Mám to rád, motivuje mě, když vím, že pan trenér prožívá závod se mnou. Cítím za sebou jeho podporu, a když slyším jeho silný hlas, hned se mi plave líp. Máme takový malý rituál, vždycky si před startem pláceme. Dává mi to jistotu a podporu do závodů.“

## Taktika

„Taktiku vymýšlíme společně, společně se o ní bavíme. Vždycky je důležité, o jaký závod jde. O některých závodech se ani bavit nemusíme, u nich máme o taktice jasno dlouhodobě. Ale máme i závody, na nichž třeba chci něco zkusit, a zajímá mě, co na to pan trenér řekne. Někdy rád zkouším nové věci a vymyslím tak trochu blbosti, že rozjednu moc rychle a jsem zvědavý, jak to dopadne. Nebo mi pan trenér řekne v určité fázi sezony, že chce vidět, jak na tom jsem, určí mi konkrétní taktiku a já se pak podle jeho instrukcí snažím plavat.“

## Co jsme si řekli po zlatu na MS juniorů?

„Doběhli jsme k sobě, plácli si, obejmuli se a byli tak dojatí, že jsme snad



ani nemluvili. Nebylo potřeba nic říkat. Oba jsme byli emočně už úplně mimo.“

### Tykání, nebo vykání?

„Panu trenérovi vykám. A myslím, že z pohledu přirozeného respektu jsem raději, že si vykám. Respekt je tím určený, když je trenér můj nadřízený, kterého musím poslouchat. Je dobře, že to máme tak rozdělené. Věřím, že až jednou s plaváním skončím, tykat si budeme, nebo v to doufám, a už to bude na místě. Takhle jsem rád, že máme vztah rozdělený a respekt je jasně daný.“

### Já jako trenér?

„Ano, dokážu si to představit. Popravdě, už to mám tak trochu v plánu. Až skončím s plaváním, pokud budu mít možnost dostat se k fajn lidem, k nějaké skupině, tak bych u bazénu rád zůstal. Pokusil bych se zkušenost, co mám a ještě nasbírám, předat další generaci. Navíc jsem už měl možnost trochu trénovat a bavilo mě to.“

FOTO: ČSPS / MARTIN SIDORJÁK



INZERCE

SKATEBOARDING

RYCHLOBRUSLENÍ

INLINE HOKEJ

INLINE ALPINE

FREE STYLE

KRASOBRUSLENÍ



NÁRODNÍ  
SPORTOVNÍ  
AGENTURA

STILMAT

TRUE  
hockey

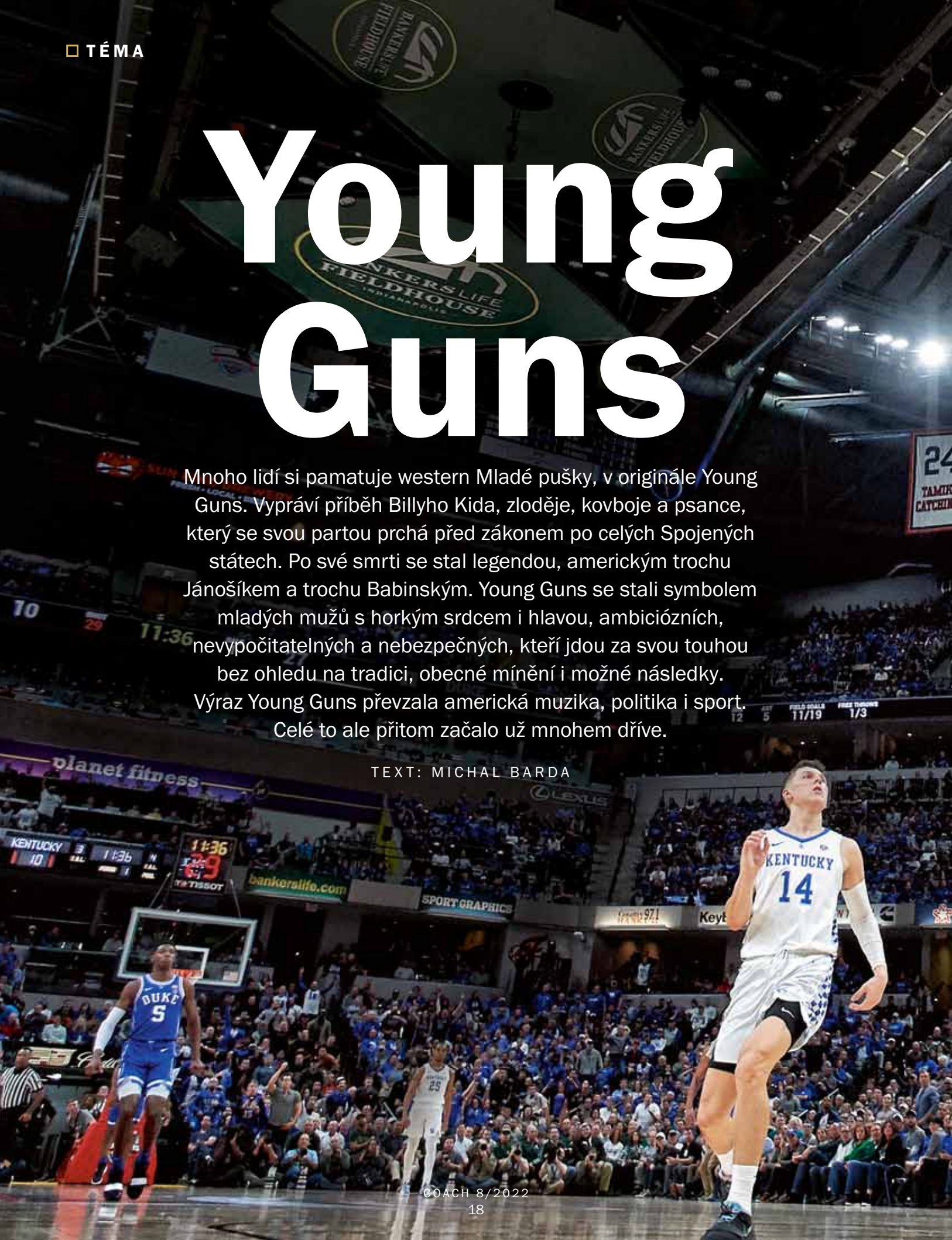
ENERVIT  
Výživa pro lepší sportovní výkon



# Young Guns

Mnoho lidí si pamatuje western Mladé pušky, v originále Young Guns. Vypráví příběh Billyho Kida, zloděje, kovboje a psance, který se svou partou prchá před zákonem po celých Spojených státech. Po své smrti se stal legendou, americkým trochu Jánošíkem a trochu Babinským. Young Guns se stali symbolem mladých mužů s horkým srdcem i hlavou, ambiciózních, nevypočitatelných a nebezpečných, kteří jdou za svou touhou bez ohledu na tradici, obecné mínění i možné následky. Výraz Young Guns převzala americká muzika, politika i sport. Celé to ale přitom začalo už mnohem dříve.

TEXT: MICHAL BARDA









**F**ilm Young Guns z roku 1988 nebyl první toho jména, stejnojmenný biják vznikl už o více než třicet let dříve. Termín „mladé pušky“ se brzy začal používat i ve sportovním kontextu pro ty nově přicházející mladé, hladové a divoké.

Los Angeles Times takhle psaly už v roce 1963 o basketbalovém týmu Arizonské univerzity, který se měl utkat s domácí UCLA. A nový americký basketbalový tým se na olympiádě v roce 1996 označoval nejen po vzoru toho prvního jako Dream Team, ale také jako Young Guns.

Vědělo se, že jsou dobří, ale všichni byli zvědaví, co od nich vlastně čeká.

## HORA ZION

V Salisbury na předměstí Charlotte v Severní Karolíně se prohání malý kluk, baví ho fotbal, americký fotbal a basket. Když byla jeho máma těhotná, její babička říkala, že kluk bude mimořádný, tak ať mu kouká taky dát mimořádné jméno. Pojmenovala ho tedy Zion podle biblické hory v Jeruzalémě.

Malý Zion začal brzy růst jako z vody. V pěti letech se rozhodl, že se na střední škole stane basketbalovou hvězdou a začal vstávat v pět hodin ráno, aby trénoval. Na základní škole hrál s kluky o čtyři roky staršími, prohrával jen málo.

Za chvíli už byl opravdu jako hora a než šel na střední, naučil se přes prázdniny smečovat do koše.

Pak už se taky opravdovou basketbalovou hvězdou stal, narostl skoro na dva metry a dával v utkání pravidelně přes 30 bodů. Než dokončil střední školu, ležely před ním na stole nabídky stipendia z dvaceti amerických univerzit. Rozhodl se pro Duke.

V prvním ročníku univerzity dostal devatenáctiletý Zion Williamson od Nike pětiletou smlouvu v hodnotě 75 milionů dolarů. Když pak v únoru v univerzitním utkání proti Severní Karolíně na hřišti zabral, roztrhl si botu, uklouzl a poranil si koleno, padly přes noc akcie Nike o víc než miliardu dolarů. To už měl Zion skoro 130 kilo na dva metry výšky. A tak se studiem na Duke po roce skončil a v létě ho New Orleans Pelicans draftovali do NBA.

V první sezoně NBA byl Zion opět za hvězdu, ale odehrál jen 24 utkání, protože si utrhl meniskus. Odehrál většinu z druhé sezony, jenže pak přišel covid a on si v závěru ročníku zlomil prst. A v letní pauze se zranil znovu, operovali mu zlomenou kůstku v chodidle, s týmem mohl začít trénovat až v listopadu. Jenže po pár dnech se musel vrátit k rehabilitaci. Mezitím nabral a skoro 150 kilo nebyla pro hojení kosti v chodidle optimální váha. Vynechal nakonec celou sezonu 2021/22, lékaři mu dali zelenou až na konci května a teď se čeká, v jaké formě basketbalová hora Zion dorazí do zářijového kempu.

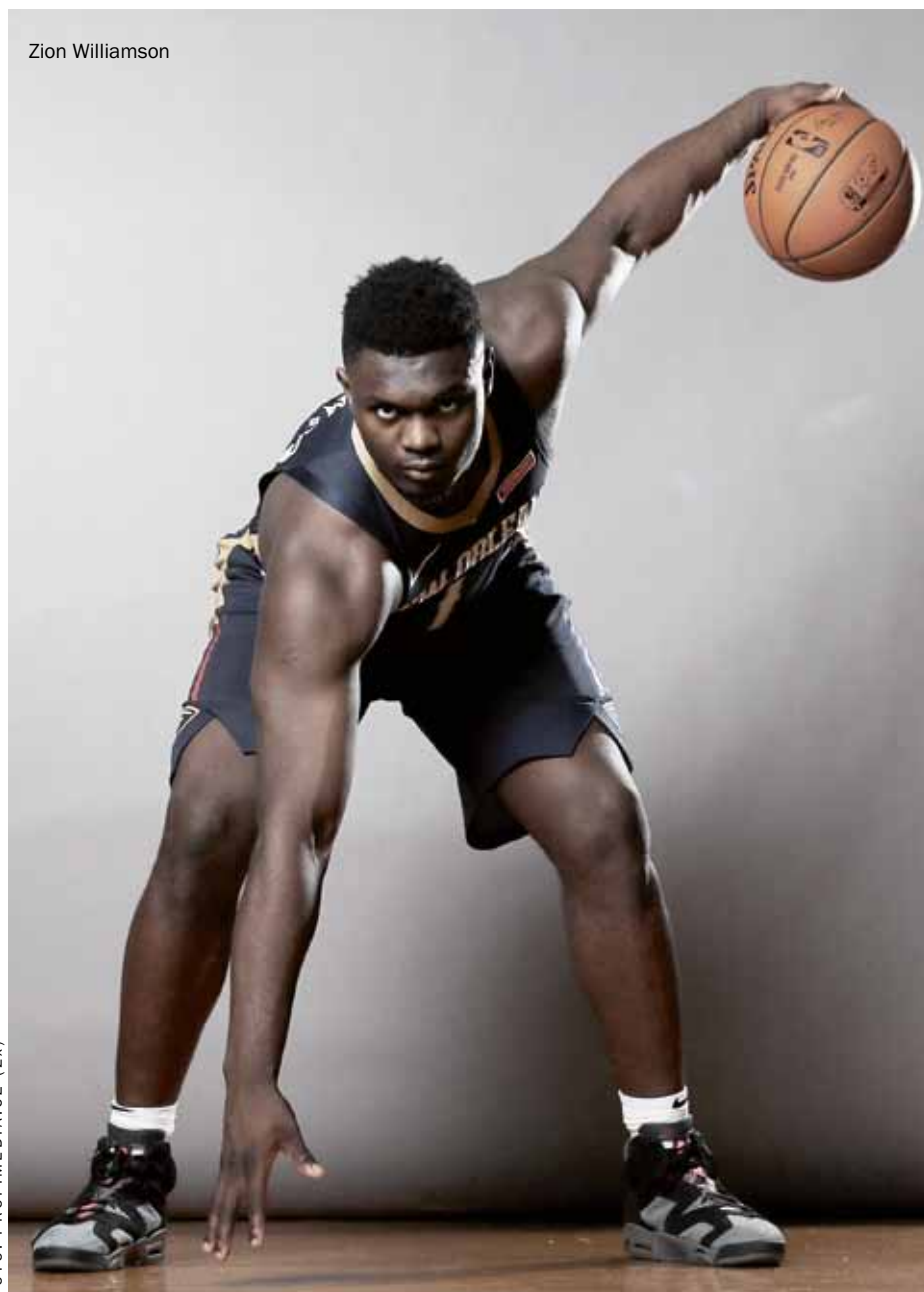
Za tři sezony odehrál Williamson v NBA jen 85 utkání, ale když byl zdravý, měl střelecký průměr přes 25 bodů na zápas. Aby mohl dál přepisovat historii, musí být ale fit. Jako motivaci dostal 6. července k 22. narozeninám novou pětiletou smlouvu v hodnotě skoro čtvrt miliardy dolarů.

To už stojí za to dát se do fazóny.

## PŘÍPAD KENNEDY

O „mladých puškách ve staré válce“ psaly americké noviny i v roce 1962, kdy se třicetiletý Ted Kennedy chystal vstoupit do boje o americký Senát. V té době jako ministr spravedlnosti úřadoval jeho 35letý bratr Robert, jeden z nejmladších členů vlády v americké historii. A úřad prezidenta zastával jejich bratr John, nejmladší prezident americké historie.

Zion Williamson





John Fitzgerald Kennedy v bazénu Harvardské univerzity v březnu 1938

Mladí Kennedyové se chystali změnit Ameriku a o to, že Zion Williamson před měsícem dostal takovou smlouvu, se velkou měrou zasloužili i oni.

Kennedyové vyzařovali idealismus nové generace. Rozhýbali ekonomiku, zbláznili Američany do vize kosmických letů, zvládli mistrovsky i kubánskou krizi, hrozící jadernou válkou s Ruskem. Zasadili se nebývale o omezení rasové segregace a rovná občanská práva pro všechny. To bylo hlavně v jižních státech USA neslýchané.

Líbily se takové věci každému? Určitě ne, a tak prezidenta Johna v roce 1963 zabili, a jeho bratra Roberta zabili o pět let později, když vyhrál prezidentské primárky v Kalifornii.

Chtěli změnit příliš mnoho příliš rychle?

## PŘÍPAD FOSBURY

Ve stejném roce, kdy prezidenta Kennedyho v Texasu zastřelili, začal šestnáctiletý Dick Fosbury v Oregonu experimentovat s novou technikou skoku do výšky. Chodil na střední školu, přišel o tátu a hrozně stál o to, aby se jako výškař udržel v atletickém týmu. Jenže to bylo na hraně. Do výšky se v té době skákalo nůžkami, stredlem a horinem a Fosbury byl mizerný stredlista.

Problém byl pořád stejný: jak dostat odrazem váhu těla do výšky a přenést ji vodorovně přes laťku. Na to Fosburyho koordinace prostě nestačila. Byl samotář, nebavilo ho ale donekonečna jen tréno-

## KENNEDYOVÉ VYZAŘOVALI IDEALISMUS NOVÉ GENERACE. CHTĚLI ZMĚNIT PŘÍLIŠ MNOHO PŘÍLIŠ RYCHLE?

vat. Bavilo ho řešit úkoly a chtěl se stát inženýrem. A tak spojil teoretické znalosti s tím, jak by se měl chovat nad laťkou. Měl při tom štěstí, protože americké školy začínaly právě používat zvýšená doskočiště z měkké pěnové gumy.

Dick přišel na revoluční nápad: úpravou rozběhu, stočením a prohnutím těla po odrazu by mohl dosáhnout toho, že těžiště těla zůstane pod laťkou – a přesto by se hadovitě provlékl nad ní, aniž by spadla! „Když zvládnete optimálně prohnutí těla,“ vysvětloval Fosbury, „má tato technika jasné mechanické výhody.“

Vypadalo to bláznivě, ale fungovalo to.

Fosbury byl jiný, ale poslouchal autority. Na univerzitě v Oregonu pod vedením svého trenéra skákal i stredlem, aby měl plán B. Ale když svým novým skokanským stylem vyhrál univerzitní mistrovství, řekl i trenér: Dost, teď už ti věřím, skákej po svém! O nedlouho později se Fosbury kvalifikoval do amerického týmu na olympiádu v Mexiku 1968.

Byl jiný, poslouchal, ale měl i svou hlavu. Zmeškal zahájení olympiády, protože chtěl vidět mexické pyramidy. Spal v dodávce, díval se na západy slunce a myslel na to, co ho v soutěži čeká.

Mezitím se rozkřiklo, že výšku skáče nějaký blázen pozadu, a všichni ho chtěli vidět.

Fosbury se soustředil na každý skok tak, že celý stadion se zatajeným dechem toužil s ním, aby přeskočil. Od začátku soutěže neshodil ani jednou. Na úrovni olympijského rekordu z Tokia vypadli Rus Skvorcov a Američan Brown, dál postoupili jen Američané Caruthers a Fosbury. A s nimi jako třetí Rus Gavrillov, který výšku olympijského rekordu musel v zoufalství vynechat, protože mu chyběly pokusy.

Výšku 220 cm dali všichni tři na první pokus. Na 222 cm skončil Gavrillov, Caruthers potřeboval druhý pokus, Fosbury zůstal čistý. V čistě americkém souboji o zlato pak Caruthers 224 cm třikrát shodil, Fosbury posledním pokusem skočil. 20. října 1968 získal svým revolučním skokanským stylem olympijské zlato. Tři následující pokusy o nový světový rekord 229 cm už zůstaly neúspěšné.

„Myslím, že to pár kluků teď asi bude zkoušet po mém,“ okomentoval úspěch revoluční techniky. Za pár let už nikdo neskákal jinak. Dick Fosbury, který změnil skok do výšky jako nikdo před ním a po něm, se ale jako atlet na olympiádu už nikdy nevrátil. Úkol byl splněn.

Dick Fosbury šokuje novou výškařskou technikou na univerzitním šampionátu NCAA v červnu 1968. O čtyři měsíce si flopem skočil pro olympijské zlato v Mexiku.





Génius, nebo fracek? Tomáš Hertl drzým gólem při třetím startu v NHL zaujal fanoušky i kritiky.



FOTO: ČTK

## PŘÍPAD HERTL

Devatenáctiletý kluk ze Šeberova vlétl v sezoně 2013/14 do NHL se San Jose Sharks jako hurikán. Při debutu se hned usadil v elitní pětce a v prvním utkání proti Vancouveru připravil vyrovnávací gól, jenž jeho tým nastartoval k vítěznému obratu.

Příště už dal dvě branky a byl první hvězdou zápasu. Ve třetím duelu byl opět první hvězdou – zničil totiž New York Rangers čtyřmi zářezy, když po hattricku během dvaceti minut si v závěru dovolil nečekanou parádu. Dostal puk do jízdy na levé křídlo, ujel celé obraně Rangers, v nájezdu před brankářem Bironem si provlékl hokejku i s pukem mezi nohama a za tělem zavěsil pod víko. Po třech kolech vedl kanadské bodování NHL se sedmi body před Alexem Ovečkinem.

„Někdy se člověk nadře na každý gól a nic, a teď mi tam padá úplně všechno,“ smál se Hertl v rozhovoru po utkání.

Líbilo se něco takového v pyšné a ctihodné NHL každému? Zatímco většina fanoušků i odborníků s úžasem komentovala jiskřivě lehké a spontánní před-

# 585

**Tolik zápasů odehrál  
Tomáš Hertl v NHL.  
Nastřílel v nich 181 gólů  
a u 206 asistoval.**

stavení kluka z Prahy, našli se i novináři a trenéři, kteří Hertlův gól označovali za znevážení soupeře i celé NHL.

Debatu jednou provždy rázně utnul Joe Thornton, kapitán týmu Sharks a Hertlův mentor. Na naléhání, zda snad Hertlův nováčkovský kousek opravdu nebyl neuctivý, skočil Thornton novináři drsně a nekompromisně do řeči: „Buďte už konečně zticha – hrál jste vůbec někdy hokej? Až já dám někdy čtyři góly, tak vytáhnou na ledě pinďoura! Vytáhnou pinďoura a budu si ho tam honit!“

Místnost ztichla... A mnozí pak potajmu vzývali hokejové bohy, aby se to



Při draftu do NHL v roce 2012. Útočníka Hertla si jako 17. v pořadí vybrali San Jose Sharks. Hraje u nich dodnes.

FOTO: PROFIMEDIA.CZ (2x)

Thorntonovi, ikoně a superhvězdě NHL, opravdu povedlo. Ale američtí hokejoví bozi jsou přece jen větší puritáni, a tak na oslavy tohoto druhu nikdy nedošlo. Nebo zatím?

Diskuze ale ukázala, o kolik to mají mladé pušky v týmovém sportu těžší. Musí respektovat tým a tým je musí brát. Každý od nich vyžaduje výkon, ale jen takový, který neotřese stávajícím status quo. Mohou na sebe upozornit, ale hierarchie těch nejlepších by měla zůstat nedotčena. Novou kvalitu musí tým vstřebat, změna nesmí ohrozit ty nejlepší.

Hertl se také po svém spontánním a bezstarostném kousku stal v NHL tak trochu lovnou zvěří, a když ho před Vánocemi jeho první sezony Dustin Brown, kapitán Los Angeles, sestřelil kolenem, cítili mnozí tiché zadostiučnění. I proto byla drsná Thorntonova obrana, kterou se mimochodem tiskové oddělení Sharks snažilo zamést pod koberec jako „off-record“, tak důležitá. Protože mladé pušky jsou tím nejlepším, co může kteroukoliv organizaci potkat.



Aito García  
Reneses proslul  
schopností získat  
si hráče bez  
rozdílu věku

Pokud na ně ovšem má sebereflexi, odvalu a není pokrytecky hyperkorektní.

### SLOVO ZKUŠENÉHO

Coach španělských basketbalistů Aito García Reneses dokázal až do posledních minut olympijského finále v Pekingu 2008 držet americký Dream Team v šachu, nakonec Španělé podlehli. Jeho

rukama prošly za mnoho desítek let hvězdy NBA jako Pau Gasol, Rudy Fernandez, Juan Carlos Navarro, Ricky Rubio či Kristaps Porzingis. A také čtyři zajímaví Češi – Jiří Welsch, Luboš Bartoň, Tomáš Satoranský a Ondřej Balvín.

„Jsem pyšný, že jsem mohl pracovat s hráči, kteří se stali oporami v NBA. Vždy je pro mne nejdůležitější pomoci →

INZERCE

# CANAL+ SPORT

## V PREMIER LEAGUE MAJÍ DŮVOD K OSLAVÁM



**NOVÁ SEZÓNA SE BLÍŽÍ.**  
VŠECH 380 UTKÁNÍ UVIDÍTE ŽIVĚ JEN NA CANAL+ SPORT.

[WWW.CANALPLUSSPORT.CZ](http://WWW.CANALPLUSSPORT.CZ)



Boris Becker po vítězství  
ve Wimbledonu v roce 1989



## BORIS BECKER V SEDMNÁCTI VTRHL DO TENISOVÉHO SVĚTA A BĚHEM TŘÍ MĚSÍCŮ VYHRÁL TŘI VELKÉ TURNAJE.

hráčům i celému týmu, aby se zlepšovali každý den," řekl. „Můžete si užívat koučování u přípravky, u kadetů či třeba u nejlepšího týmu na světě – vždycky je to stejné. Hlavním cílem je, aby tým hrál neustále na hranici svých možností a aby tým, jak se zlepšuje, tyto hranice každý týden, každý měsíc, každou sezonu posouval. Bez ohledu na to, jestli se jedná o top tým nebo juniorku!“

A jestli je zajímavější rozvíjet hráče, aby se z nich staly hvězdy, nebo vyhrávat tituly? „Pro mne je to pořád stejné. Protože když chcete mít lepší tým, musíte mít hráče, kteří se chtějí učit a zlepšovat. A když jsou mladí a chtějí se učit, lepší tým prostě časem mít budete!“

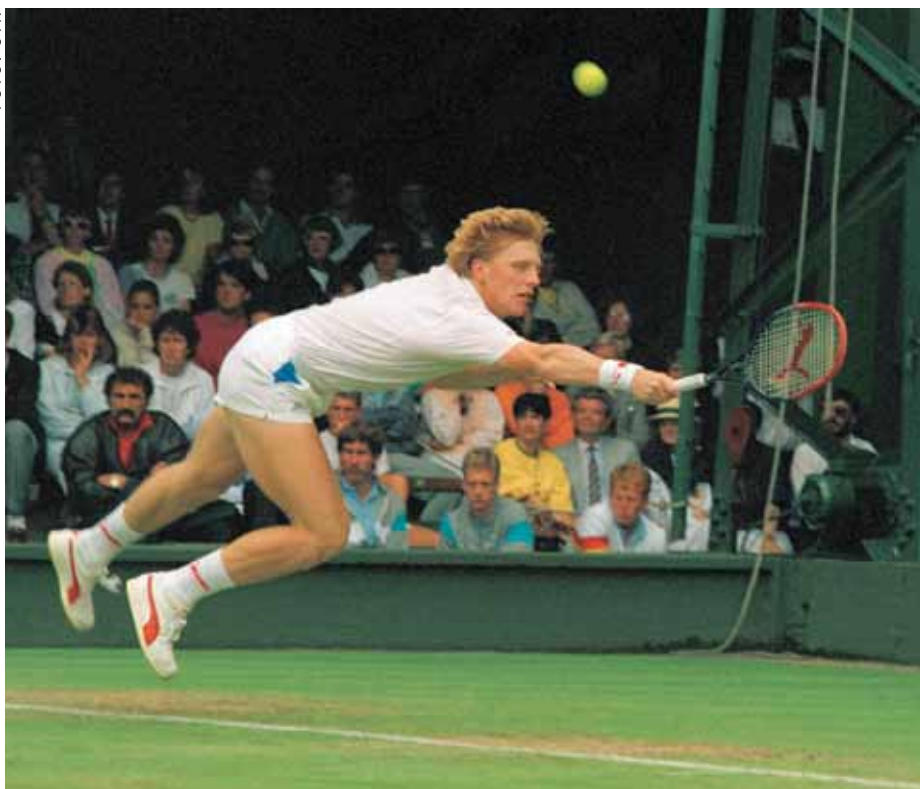
### PŘÍPAD BB

V éře francouzské nové filmové vlny byly iniciály BB značkou sexsymbolu té doby, herečky Brigitte Bardot. Když se ale Bardotová z filmového průmyslu stáhla a její letargicky unylou krásu začaly nahrazovat agresivnější herecké typy, objevil se na mediální scéně další nositel iniciál BB – zrzavý německý mladík Boris Becker.

V sedmnácti vtrhl do tenisového světa a během tří měsíců vyhrál tři velké turnaje. Začal v červnu v Queens Clubu, o dva týdny později jako první nenasazený a zároveň historicky nejmladší hráč vyhrál Wimbledon, aby o dva měsíce později jako nejmladší v historii přidat titul v Cincinnati. Svět měl novou hvězdu.

Beckerovi seděly rychlé povrchy, nejlepší byl v hale a na trávě. Jeho hra byl servis-volej, silný byl i na returnu. Skákal na kurtu rybičky po každém míči, křičel na sebe, když se mu nedařilo, a zatínal pěst, když se dařilo. Za rok ve Wimbledonu titul obhájil a v roce 1989 tam vyhrál potřetí. V roce 1991

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



ve čtvrtém wimbledonském finále v řadě překvapivě podlehl krajanovi Michaelu Stichovi. Ti dva se osobně vůbec nemuseli, ale dali se dohromady a o rok později spolu v Barceloně vyhráli olympijského debla.

Za svou kariéru hrál Becker wimbledonské finále sedmkrát, vyhrál čtyřicet titulů a šest grandslamů. Nikdy nevyhrál turnaj na antuce, ale na trávě byl schopen přestřílet každého. Měl barvitý život i vztahy, byl odsouzen za daňové úniky, zbankrotoval a prodával své rakety i tenisové trofeje.

Nikdy nebyl nudný.

### PŘÍPAD DEBBIE

Úplně nezávisle na Fosburym začala ve stejnou dobu podobně skákat malá kanadská holka, když jí táta doma na farmě udělal skákací jámu s odřezky pěnové gumy. „Bylo to úplně přirozené, moje tělo mi řeklo, co mám dělat. Nebylo na tom nic naučeného, byla to intuice těla,“ popisovala později vznik originální techniky. →

INZERCE

# 22.

## MISTROVSTVÍ EVROPY ŽEN V ŠACHU EUROPEAN WOMEN CHESS CHAMPIONSHIP

### 19. 8. - 1. 9. 2022

### Praha

### Česká republika

hotel Don Giovanni



ŠACHOVÝ  
SVAZ  
ČESKÉ REPUBLIKY



**CU**  
European Chess Union

Online přenos s komentářem velmistrů sledujte  
na YouTube Šachového svazu.

AVE-KONTAKT



**W** year of  
the woman  
in chess

Více informací na webu [www.chess.cz](http://www.chess.cz)





Debbie Brilllová dodnes drží kanadský rekord ve skoku do výšky. Na OH v Mnichově 1972 se rozhádala s MOV, na tři roky praštila s atletikou a jako hipík se toulala po Kanadě.

V roce, kdy Dick Fosbury vyhrál olympiádu, absolvovala patnáctiletá Kanaďanka Debbie Brilllová své první mezinárodní závody. V šestnácti jako první žena v Americe přeskočila 183 cm, svůj první kanadský rekord. V sedmnácti vyhrála Hry Commonwealthu. Byla nápadná, s dlouhými tmavými vlasy, často zamyšlená a jiná než ostatní.

Svět se pro ni najednou strašně zrychlil.

V devatenácti jela Debbie plná naděje na olympiádu do Mnichova 1972. Zlato nad ženskou laťkou ale v novém světovém rekordu překvapivě brala teprve šestnáctiletá Ulrike Meyfahrtová, která měla rok před olympiádou skočeno o celých sedmnáct centimetrů méně než Kanaďanka.

Zklamaná a unavená Debbie se rozhádala s Mezinárodním olympijským výborem, když po masakru izraelských sportovců nechal Hry pokračovat. Na tři roky praštila s atletikou, chtěla žít jako normální holka a jako hipík se toulala po Kanadě.

Vrátila se na domácí Hry v Montrealu, ale coby hlavní favoritka neskočila zá-

kladní výšku a vypadla. Naštvala domácí fanoušky, protože se při následném interview usmívala. „Byla jsem v tu chvíli zničená a brečela jsem,“ vysvětlovala později. „Většina sportovců má strach z prohry a z toho, že nepodají očekávaný výkon. Nedáte základní výšku, horší už to pro skokana na olympiádě být nemůže. Ale pak jsem se usmála, když jsem si uvědomila, že jsem se vůbec v ničem nezměnila. Nic zlého se mi nestalo. Pořád jsem uměla skákat a nenastal konec světa!“

A tak skákala a pořád dělala věci po svém. Pár měsíců po narození prvního syna skočila světový rekord. Nikdy nedělala sport kvůli penězům: „Dělala jsem to kvůli té činnosti samé, pro sebevyjádření a dosahování něčeho uvnitř sebe,“ říká. „Nijak zvlášť mě nenaplněvalo, když jsem vyhrála nějakou zlatou medaili. Naplňující bylo zachytit ten krátký prchavý a dokonalý okamžik v čase - a to stálo za to!“

„Olympijské heslo Rychleji, výše, silněji se nedá úplně férově srovnávat v čase,“ říká její mladší kolegyně Nicole Forresterová, která se mnohokrát marně snažila

rekordy Brilllové překonat. „Skok 198 cm neznamenal v roce 1984 totéž jako dnes, když vezmete v úvahu vliv a pokrok sportovní vědy za všechna ta léta. I když jsou rekordy od toho, aby se překonávaly, měli bychom si najít chvíli k zamyšlení a ocenění těchto skvělých výkonů, dosažených mnohem dříve. Slouží jako připomínka, co znamená a přináší snaha o dokonalost!“

Debbie Brilllová získala jedenáct národních titulů, závodila i po padesátce a drží i světové rekordy několika věkových kategorií z World Masters. Zůstává kanadskou výškařskou rekordmankou i po více než padesáti letech, její rekordy odolaly času a jsou pořád ještě platné.

„Často se zapomíná, jaké to je, když vám nikdo neřekne, jak to máte dělat. Sport v té době nebyl takový mainstream a na většinu věcí jsme prostě museli přijít sami. Byla jsem odkázaná jen sama na sebe a kus mého talentu byl v tom, že jsem byla schopná být celá v okamžiku skoku,“ říká Debbie. „Byla to ochota dělat něco jiného. Dělala jsem to ne proto, že by mi to přineslo slávu nebo bohatství, ale protože to byla moje vlastní cesta.“

## PŘÍPAD KAŽDÉHO Z NÁS

Každý z nás má svobodu se rozhodnout pro svou vlastní cestu.

Zkusme se těšit i z toho, když nedočkavé mladé pušky rozrazí okna skleníku naší pohodlnosti dokořán a chtějí zaběhnuté věci dělat jinak a po svém.

Nabídněme jim prostor i ochranu s vědomím, že kdyby každá generace dělala věci stejně jako ta předchozí, veškerý pokrok by se ze světa vytratil. A protože všechny matky a otcové jsou vždycky přesvědčení, že vychovávají své děti k co nejlepší budoucnosti, bude tento prostor zároveň i výrazem respektu a důvěry ke svému vlastnímu životu.

Dokažme ocenit, že se stále najde dost mladých a netrpělivých, kteří tak úplně nevěří všemu, co jim připravila generace před nimi.

Buďme rádi za ty, kteří jsou ochotni obětovat své sny, energii, kariéru a mnohdy i zdraví, aby byl budoucí svět lepším místem k žití.

Protože jestli by to, co se kolem nás odehrává nyní, mělo být naším vysvědčením, pak by zcela určitě výborné, chvalitebné ani dobré nebylo. □

CZ  BASKETBALL

# LV HRAJÍ DOMA

12. - 14. 8. 2022

CZ BASKETBALL CUP | PARDUBICE

27. 8. 2022

ČESKO VS. MAĎARSKO | CHOMUTOV

2. - 8. 9. 2022

EUROBASKET | O2 ARENA



GENERÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ PARTNEŘI



SKUPINA ČEZ



GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



Česká televize

HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



DNES



Radiožurnál

PARTNEŘI



Molten



Mondo



GDD



Nike

MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



BIO MEDIA



TVCOM



live



BASKETBALL.CZ



Ceska pošta



Globe



# Má elitní sport blíž k vědě, nebo k umění?







## ZDENĚK HANÍK

volejbal, bývalý trenér reprezentací Česka a Rakouska, místopředseda ČOV



„Vědou být nemůže, protože věda žádá důkazy, a ty nemá sport šanci poskytnout. Sport, v němž hraje roli i nevyzpytatelná paní Náhoda, je plný překvapení, nepředvídatelných situací. Vědu však

sport potřebuje a využívá, dokonce víc než kdykoliv předtím. Důvodem je, že se výkony dostaly na samý limit lidských možností, kde každý detail může hrát roli a ovlivnit výsledek.

Uměním ovšem sport také být nemůže, na to je příliš jednoznačný a černobílý, oproti umění, které je pestrobarevné a velmi často nechává volný konec interpretaci každého z nás. Když Slavia porazí ve fotbale Spartu, stojí na konci jasný číselný výsledek, bez možnosti různé interpretace a jakýchkoliv „ale“. Ovšem z Holanovy poezie nebo obrazu Picassa v nás zůstává pocit, a ten se dost značně může lišit podle typu osobnosti u každého z nás. A přece se sport umění blíží. A to ve vlastnosti, které říkáme kreativita. Ta je podstatou umění a ukazuje se, že i dost silným faktorem sportovního mistrovství, zejména ve sportech, kde se hráči pohybují v nepředvídatelném prostředí. Představitivost či kreativita, tedy spíše typické fenomény umění, a k tomu předvídatost jsou zároveň důležitým X faktorem nejlepších světových hráčů.“

## LUKÁŠ VLASÁK

šachy, trenér šachové mládežnické reprezentace



„Když kubánský mistr světa v šachu José Raul Capablanca v roce 1925 prohlásil, že šach dosáhl svého limitu, nemohl se více mýlit. Avšak byla to právě jeho slova, která společně s nástupem moderních technologií s obrovskou výpočetní kapacitou vzbuzovala oprávněné obavy z toho,

že se šachy brzy stanou vědeckou disciplínou. Právě věda ale pomohla k potřebnému „oživení“, když se ihned po nástupu samoučícího programu AlphaZero vyvrátilo spoustu již zažitých dogmat a otevřely se zcela nové prostory pro samotné hráče. Používání vědeckých poznatků a jejich správná implementace a interpretace pak nemusí se sportovním uměním nutně soupeřit, ale povznést je na novou úroveň.“

## PAVEL CHADIM

baseball, trenér mužské reprezentace



„Za mě má blíž samozřejmě ke sportovní vědě. Čísla, statistiky, ale i biomechanika jsou u baseballu denním chlebem. Beru je jako určitý základ pro to, aby se jejich propojováním maximalizoval výsledný pozitivní efekt a eliminovaly chyby. Nadstavbou těchto přesných dat je

jejich propojování, analýza a utváření výsledné tváře hráče, potažmo celého týmu. Přirovnal bych to k mozku, jeho neuronům a učení vytváření synapsí, tedy spoju mezi mozkovými buňkami. A s lehkou nadsázkou schopnost přenesení exaktních výstupů lze přirovnat k umění. Umění využití informací a dat ku prospěchu sportu. Ne každým to dokáže.“

## PŘEMYSL PANUŠKA

veslování, metodik svazu, dříve 15 let hlavní trenér české a 4 roky německé reprezentace



„Samotný vrcholný sportovní výkon je pokaždé dechberoucí, průkopnický, mimořádně odvážný, objevný

a v podstatě neopakovatelný okamžik. Platí to pro brilantní akci basketbalisty, let skokana do dálky nebo i pro souhru veslařské posádky. Odmítáme zaběhnuté postupy, vyhodnocujeme ve zlomcích sekundy situaci z mnoha úhlů pohledu a sportovec vtiskne do výkonu svoji identitu a svůj jedinečný projev. Už z této ‚definice‘ jasně vyplývá, že právě sledujeme vpravdě umělecké dílo, které je ztvárněno pouze teď a tady! Ale samotnou přípravu týmu, sportovce budu rád nazývat termínem sportovní věda. Vycházíme z principu systematickosti se silným racionálním podkladem, zvažujeme, pečlivě plánujeme a hledíme návaznost i komplexnost v našich tréninkových metodách. Projektujeme modely soutěžních situací či přiblížíme proces tréninku atmosféře vlastního závodu. Důležitou osobou je v těchto momentech trenér, máme vysokou zodpovědnost ve svém konání!“

## MARTIN KAFKA

ragby, bývalý metodik svazu a reprezentant, hrál také ve Španělsku, Francii a Japonsku



„Elitní sport, a sport obecně, ale není jen věda a umění. Skutečná síla sportu je v tom, že se v něm snoubí věda, umění

a etika. A elitní sport, jako výkladní skříň sportu, by všechny tyto tři složky měl obsahovat. Respektive bychom se o to měli snažit, protože stačí, aby pouze jedna z těchto složek selhala nebo nebyla přítomna, a elitní sport se stane pouhým a bezobsažným nástrojem propagandy, pračkou na peníze, nezdravým nástrojem pro narovnávání si ega a dokonce i mučivým nástrojem v rukou mocných.“

## MICHAL BARDA

házená, bývalý reprezentant, trenér a olympionik



„Druhů a zaměření sportu je mnoho a řada z nich má blíž k vědě a některé i k umění. Současný elitní sport je nejvíce pokračovatelem gladiátorských zápasů, které provozovali už Etruskové a na které do Flaviova amfiteátru v Římě, později nazývaného Colosseum, chodilo před dvěma tisíci lety

na sedmdesát tisíc diváků. Amfiteátr měl infrastrukturu, již nemají ani mnohá moderní divadla. Trénink a péče o gladiátory byly hybateli fyziologie, anatomie i medicíny té doby a znalosti gladiátorského lékaře Galéna formovaly základy vědy o člověku až do středověku. Hry zdarma byly už tehdy vedle chleba důležitým politickým nástrojem. Někteří tehdejší gladiátoři byli otroci, jiní kriminálníci, někteří zbohatli a mnozí zemřeli. Elitní sport tedy není nic nového pod sluncem, je starý přes dva tisíce let. A nejlepší učebnicí brazilského fotbalového trenéra Scolariho je více než dva a půl tisíce let starý spis Umění války od Sun-c’!“

## KEN WAY

britský sportovní psycholog



„Není pochyb o tom, že elitní sportovní výkon se stále více posouvá směrem k uplatňování sportovní vědy, což je v mnoha ohledech dobrá věc. Stále však existuje mnoho oblastí, zejména v oblasti koučování a mentálně-emocionální oblasti, které jsou více podobné umělecké formě. Vezměme si například

‘jednoduchý‘ způsob interakce s hráči – jaké otázky jim klást, jak otázky formulovat, kdy je klást, kdy hráčům dávat výzvy, kdy je podpořit. Toto je elitní forma umění, kterou se učíme skrze zkušenosti, a zatímco můžeme vytvořit zobecněná pravidla v tom, jak přistupujeme k hráči, neexistuje žádná věda, která by přesně ukázala, jak bychom měli jednat s konkrétními jednotlivci. Christine Padesky, vůdčí osobnost ve světě CBT (Cognitive Behaviour Therapy, tj. kognitivně behaviorální terapie), autorka stati z roku 1993, avšak stále platná i dnes, se v ní ptá: Jak mám vědět, jaké otázky klást? Přečtete si ji – obsahuje rady, myšlenky, ale žádnou vědu. ([www.padesky.com/newpad/wp-content/uploads/2012/11/socquest.pdf](http://www.padesky.com/newpad/wp-content/uploads/2012/11/socquest.pdf)) Jak vzájemně komunikujeme a koučujeme, je v podstatě forma umění.“

## KAROLÍNA KŘÍŽENECKÁ

pozemní hokej, hlavní trenérka mužského týmu Prezident a reprezentace U16 chlapců a dívek,



ředitelka korporátní komunikace ING

„Pozemní hokej na nejvyšší úrovni je jednoznačně věda.

Sportovním výkonem, intenzitou a simulací zápasové zátěže v tréninku se zabývají celé týmy biochemiků a fyziologů na celém světě, kteří chrlí jednu vědeckou práci za druhou. Další kapitolou je využívání moderních technologií, které zápas nejenom snímají, ale s lidskou pomocí analyzují sebemenší detail a nabízejí lepší či efektivnější řešení, to vše velmi blízko biomechanice. A v neposlední řadě je tu psychologie, která hraje v současném výkonnostním nastavení velmi významnou roli. Právě vědecké poznatky pomáhají trenérům zodpovědět základní otázku PROČ to tak je? Znáám několik velmi dobrých intuitivních trenérů, ale mnohem více těch, kteří pro svoji práci využívají právě strukturované vědecké poznatky. A pokud s nimi umí správně zacházet a doplní je otevřenou osobností, můžeme pak mluvit o umění.“

INZERCE

**Pilsner Urquell** | **CZECH TEAM**

HRDÝ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2001 - 2024

**FANDÍME S VÁMI**

18+ POUZE PRO STARŠÍ 18 LET  
[www.napivosrozumem.cz](http://www.napivosrozumem.cz)





FOTO: REUTERS

## TOMÁŠ BRTNÍK

hlavní metodik Českého svazu plaveckých sportů



„Sportovní věda se zajímá o výkon člověka, možná základní účel elitního sportu. Poskytuje všemožné informace o tom, jak tvořit výkon a rozvíjet ho. Osobnosti trenérů a sportovců jsou zodpovědné za to, jak s nimi naloží, aby mohl divák žasnout nad sportovním uměním.“

## ZDENĚK SIVEK

fotbal, AEFA, Curych, Švýcarsko



„Nejsem si jist, zda to platí o tzv. elitním sportu, ale pro současný západní profesionální fotbal je na mezinárodní úrovni shoda v tom, že se více kloní ke specifickému druhu sportovního umění, aniž by se podceňoval anebo nedomýšlel ohromný přínos vědeckých poznatků do formace výkonnostní kapacity hráčů již od akademií pro přípravu a rozvoj talentovaných hráčů, kteří budou v budoucnu nositeli profesionálního fotbalu. A proč má tedy profesionální fotbal blíž ke zvláštnímu druhu sportovního umění? Ve vlastní herní interpretaci jde o nevšední druh sportovní herní estetiky, jejíž nositeli jsou výjimeční hráči, estéti hry, kteří vyvolávají svými zcela originálními herními dovednostmi a schopnostmi u diváků nevšední pozitivní emoce, silné vášně, jež přinášejí divákům prožitky radosti, a jak víme, od nich již není daleko k pocitu osobního štěstí.“

To je Messi a Salah se svým noblesním, elegantním driblinkem spojeným s originálními fintami, to je Levandowski se svým zcela ojedinělým výběrem optimální pozice pro střelbu, to je De Bruyne se svým čtením hry, jenž predikuje herní situace, které budou teprve následovat. Takových příkladů je samozřejmě více. A to není všechno. Přes uvedené emoce je divák vtahován do herního děje, stává se nedílnou součástí tohoto herního obrazu, takže dochází ke zcela zvláštní interakci mezi divákem a hráči. Z tohoto pohledu nejde tedy jen o herní produkt hráčů, ale o významnou událost setkání mezi oběma stranami, které má zpravidla neopakovatelnou dynamiku.

Tudíž aplikovaná sportovní psychologie profesionálního fotbalu má již v tomto směru jasno: nechodí se dnes jen fandit svému týmu, ale vyhledávají se z hlediska diváků takoví hráči, kteří nabídnou výše uvedenou radost a prožitek osobního štěstí, k nimž se nemusí ve svém občanském životě z různých důvodů vždycky dostat.

Závěrem lze říci: když se jedná o pravé umění jakéhokoliv druhu, vždy jde o emoce, o silné vášně. A to je schopen současný profesionální fotbal západní provenience nabídnout. A ještě jednu poznámku: vše výše uvedené vychází z pevného podloží, kterým je etika profesionálního fotbalu. Ale o tom až snad zase příště.“

## CARLA MacLEOD

lední hokej, hlavní trenérka české ženské reprezentace, dvojnásobná olympijská vítězka



„Vrcholový sport vyžaduje to nejlepší jak ze sportovní vědy, tak z umění koučovat. Jako koučové vyžadujeme co nejvíce informací, abychom svým sportovcům a týmům pomohli. Sportovní věda a další nástroje jsou v poskytování těchto informací nezastupitelné. Ale umění koučovat určuje, kdy a zda vůbec tyto informace sportovcům poskytneme. Zavalit sportovce daty z nás dobré kouče neudělá. Musíme především vědět, co sportovci v klíčových momentech pomůže. To je rozhodující pro konečný úspěch. Musíme koučovat především člověka, a pak teprve sportovce!“

## AYSIM ALTAY

mentální trenérka



„Dlouhodobě žijeme v prostředí, v němž sport akceptujeme jako velký průmysl. Je nevyhnutelné zaměřit se na to, aby byl tak velký a důležitý sektor ziskovější. V každém zápase nebo soutěži jsou výsledky určeny rozdíly v milisekundách nebo milimetrech. Těchto nepatrných rozdílů můžeme dosáhnout jen díky vědě. Sportovní věda nám bude pomáhat každý den víc a víc tím, že bude zkoumat procesy soutěžení, lidského těla a mysli, a získáváním podpory různých simulací. Navíc jsem si jistá, že umělá inteligence a genetika budou velmi důležitou součástí této vědecké podpory v budoucnu.“





# FOTBAL

## TISÍC DŮVODŮ K USMĚVU.

### MŮJ PRVNÍ GÓL



### MĚSÍC NÁBORŮ

ZÁŘÍ 2022

Najít nejbližší nábor vašemu bydlišti,  
jeho termín a další informace  
můžete na webu projektu

[nabory.mujprvniGol.cz](http://nabory.mujprvniGol.cz)

@czechsoftball #czechsfotball www.softball.cz

**CZECH  
SOFTBALL**



# MŮJ DŮM, MŮJ HRAD!

Česká softballová mládež se činí.  
V červenci získali Češi na domácích  
evropských šampionátech dvě medaile.  
Ženská "dvaadvacítka" stříbro a mužská  
"třiaadvacítka" titul mistrů Evropy.  
*Jen tak dál!*



Dvě desetiletí se před **ONDŘEJEM SYNKEM** třáslí nejlepší veslaři světa. S ohromným úsilím vloženým do každého záběru si dojel pro pět titulů mistra světa i tři olympijské medaile. Se stejnou vervou se hned po skončení kariéry pustil loni na podzim do nové práce, aby jako sportovní ředitel Českého veslařského svazu nasměroval své následovníky k medailovým výšinám. V září navíc Račice přivítají po téměř třiceti letech světový šampionát.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

# Sportovec-student je v Česku přítěž

## Proč jsem se stal sportovním ředitelem?

„Přišla nabídka od vedení svazu. Byla to asi trochu logická návaznost na mé zkušenosti získané během aktivní kariéry. A i proto, že jsem sám chtěl. Nabídka se mi líbila, tak jsem ji přijal.“

## Moje nejsilnější vlastnost?

„Nerad se hodnotím. Ale snažím se měřit všem rovnocenně, být ke všem stejně férový.“

## Kdo na mě měl největší vliv?

„Můj trenér Milan Doleček, s nímž jsem spolupracoval celou kariéru. Naučil mě základy, jak všechno co nejlépe zvládat, jak na všechny nahlížet stejně a mít nadhled nad situací.“

## Moje trenérská – sportovní filozofie?

„Určitě dělat maximální možnou podporu závodníkům a trenérům, aby v rámci logičnosti měli všichni maximální servis. Samozřejmě každý nemůže dostat všechno a nějaká hierarchie existuje, ale je důležité se tím řídit. Závodníci a trenéři jsou na prvním místě.“

## Nejlepší rada, kterou jsem kdy dostal?

„Teď jsem dostal radu, kterou se řídím: Nekecat trenérům do trénování. Nedávno jsem narazil a dost mě ta situace vyškolila.“

## Moje nejtěžší rozhodnutí?

„Těžké rozhodnutí mě čekalo hned na začátku působení v nové roli, kterým bylo sjednocení ženského veslování. Měli jsme dva tábory a museli jsme je sloučit do jednoho, přičemž tomu jednomu se to moc nelíbilo a stále to má dozvuky.“

## Co se mi opravdu povedlo?

„Jednu věc asi neřeknu. Ale mám pocit, že se nám podařilo nastavit celkové fungování reprezentace. Každý ví, co má dělat, kdy a kde má být. A povedlo se, aby závodníci měli maximální podporu a zajištění.“

## Do jaké míry rozlišuji v přístupu mezi starším a mladším sportovcem?

„Nedělám mezi nimi žádný rozdíl. Jediný rozdíl vidím ve výkonnosti, která je hlavní kritérium.“

## Potřebuji jako sportovní ředitel víc vzdělání, nebo životní rozhled?

„Určitě je to životní rozhled. Vzdělání zkušenosti nenahradí.“

## Čím se ve své roli vzdělávám nebo inspiřuji?

„Snažím se sbírat zkušenosti od zahraničních kolegů, abych věděl a poznal, jak to funguje jinde ve světě. Systémy fungování jsou ale dosti odlišné a dost se s tím peru. Abychom mohli fungovat jako jinde, na to není české



**ONDŘEJ SYNEK**

**Narozen:** 13. 10. 1982

**Profese:** bývalý veslař, skifař, od roku 2021 sportovní ředitel Českého veslařského svazu

**Největší úspěchy - OH:** 2x stříbro (2008, 2012), bronz (2016). **MS:** 5x zlato (2010, 2013, 2014, 2015, 2017), 3x stříbro (2007, 2011, 2018), 4x bronz (2003 - dvojskif, 2005, 2006, 2009). **ME:** 5x zlato (2007 - osma, 2010, 2013, 2014, 2017). **SP:** 9x vítěz (2003 - dvojskif, 2005, 2007, 2008, 2010, 2011, 2013, 2014, 2018)



FOTO: PROFIMEDIA.CZ (2x)

sportovní prostředí zatím připravené, ani nastavené.“

• • •

#### **Který systém z okolních zemí by nám mohl být nejbližší?**

„Super systém mají například ve Švýcarsku, ve skandinávských zemích i v Německu nebo Rakousku. Je to všechno okolo nás, ale tady to drhne. Všude je naprosto zásadní a perfektně fungující princip školství versus sport. Ve světě jsou sportovci ve vzdělávání plně podporováni, a ještě jim studium zaplatí. Školy sportovce berou za svou

reklamu. U nás je to obráceně, nám hází klacky pod nohy. Školy neuvolňují sportovce na soustředění ani na závody a pro vrcholového sportovce je paradoxně nejtěžší vystudovat Fakultu tělesné výchovy a sportu. Špičkoví sportovci nedostávají žádné úlevy. Musí absolvovat všechny kurzy, jako například na kole. Mám holky a kluky, kteří každý den trénují na kole, takže na něm umí hodně dobře jezdit. Ale škola jim kurz neodpustí a musí na něj na týden odjet, což jim pak samozřejmě chybí v tréninku a přípravě. Je to bizarní. A není to věc jedné školy, je to plošný problém. Nemají to nastavené

# 2

**Dvakrát chyběl Ondřej Synkovi kousek k olympijskému zlatu. V Pekingu 2008 ztratil na Nora Tufteho 0,8 sekundy, v Londýně 2012 na Novozélaňdانا Drysdala 1,55 sekundy.**

tak, že by se sportovcem mohli chlubit. Vnímají to tak, že sportovci se do školy chodit nechce, že chce něco ve škole zadarmo apod., a sportovec si s tím musí poradit. U nás sportovci dělat oboje na sto procent nemůžou. To je obrovský rozdíl oproti světu. Ve světě pochopili, že sportovci samozřejmě musí prokázat své znalosti a zvládat zkoušky, ale dostanou právě úlevy na různé kurzy a podobné aktivity, které je okrádají o čas potřebný na trénink a závody. Pro školu je takový sportovec reklamou, ale u nás je naopak brán jako přítěž.“

#### **Co bylo a je pro mě nejtěžší na přerodu z pozice sportovce do role sportovního ředitele?**

„Nejtěžší je, že jsem se během vteřiny stal z toho nejoblíbenějšího nejvíce nenáviděným. Je to spojené s říkáním špatných a nepopulárních věcí. Narazili jsme na to už při sjednocování ženského veslování, nebo že někdo v lodi sedět nebude, protože reprezentace není pro každého. Reprezentant musí mít určitou výkonnostní úroveň a někdo si myslí, že když má peníze, tak si může místo na mistrovství světa zaplatit. O penězích to ale úplně není a vysvětlovat to lidem není lehké. A dnes, v době sociálních sítí, se pak objevují různé nenávistné komentáře apod.“

#### **Jaké jsou klíčové body tréninkového programu, na kterých stavím a neuhnú z nich, protože jsou naprosto zásadní?**

„Určitě si myslím, že závodníci musí sbírat zkušenosti a závodit. Pro mě je zásadnější poslat sportovce na závody než na soustředění. Natrénovat může kvalitně kdekoli jinde, nejen na drahém zahraničním soustředění. To je princip, kterého se držím. A pak vidím jako podstatné držet základnu reprezentantů v nějaké větší šíři a z nich pak sítém vybírat ty nejlepší, aby pak →





FOTO: ČTK

**„MÁM ŠPIČKOVÉ  
SPORTOVCE, KTERÍ KAŽDÝ  
DEN TRÉNUJÍ NA KOLE.  
ALE ŠKOLA JIM KURZ  
NA KOLE NEODPUSTÍ  
A MUSÍ NA NĚJ NA TÝDEN  
ODJET, COŽ JIM PAK  
SAMOZŘEJMĚ CHYBÍ  
V TRÉNINKU A PŘÍPRAVĚ.  
BIZARNÍ.“**

někteří poznali, že na to zatím nemají a vyzkoušeli si na vlastní kůži, kudy by mohla vést cesta výš.“

#### **Narážím při tom na odpor nebo nějakou polemiku?**

„Ano, to se děje. Už během zimního testování se objevily různé kličky, že závodník nemohl jet, protože ho bolela záda apod. I když testování, které se nastavuje, je více méně hodně benevolentní. Bohužel ale musím říct, že někteří závodníci, když pošlou hodnoty svých výkonů, mě tím urážejí.

Jejich výkony jsou neslučitelné s výkony reprezentanta, ale oni je stejně pošlou.“

#### **Jak bojuju s nedůvěrou, kdy ne všichni chtějí přijímat nové podněty, impulzy, metody?**

„Bojuje se s tím těžce. Přiznám se, že na to nejsem zvyklý. Sžívám se s tím, učím se v tom orientovat a myslím, že už se mi to i celkem daří. Je to moje práce, jsem svazem pověřen, abych tak činil, a snažím se z toho neuhýbat. Nastavil jsem systém, kterým se řídím. Jsou nastavené pevné mantinely, ve kterých se pohybují a trvám na nich. Nejdu ale za svým hlavou nehlava, za mantinel. V určitých momentech se mantinely dají malinko přiohnout, ale to se snažím dělat jen minimálně.“

#### **Spolupracuju s dalšími odborníky na specifickou přípravu?**

„Máme specialisty na kondiční silovou přípravu i psychologickou přípravu, výživového poradce, fyzioterapeuty, takže tým je složený z více lidí. Na podzim a v zimě jsme dělali nejrůznější testy. Test síly, vytrvalosti, psychologie, motivace. Zapojil se výživový poradce, co a jak správně jíst. Fyzioterapeuti zjistili, jak jsou naši veslaři mobilní. Prostě jsme všem udělali komplexní vyšetření. Výsledky testů nám ukázaly, že to není úplně extra

výborné, ale máme dost velkou širší základnu. To je pozitivní, protože máme celkem dost mladých sportovců, jak veslařů, tak veslařek, kterým je kolem 19 a 20 let. Snažíme se s nimi pracovat a posouvat jejich výkonnost. A jak už jsem říkal, bojují se školami. Nechtějí si studium rozkládat, protože po 26. roku věku by si museli školu platit. A o tom hodně přemýšlejí, protože ve veslování není tolik peněz, aby se mohli aspoň trochu zajistit. Málokdo si řekne, já budu jen veslovat, budu to dělat naplno a školu si udělám až pak. Když budete hrát třeba tenis, může se vám to vyplatit, ale u veslování to tak nejde. U tenisu pak může být ten chvilík něco dokázat větší než u veslování, za které moc peněz nedostanete. Když náhodou budete hodně úspěšný, dostanete průměrné peníze normálně pracujícího člověka.“

#### **Veslování je náročný sport. Jak motivovat sportovce k veslařské dřině?**

„Právě to je hrozně těžké. Člověk musí mít veslování hrozně rád. Když by se díval jen na tu dřinu a co z ní má, tak to nepodstoupí. Takže musí být trochu blázen a sadomasochista, aby dokázal všechno přetpět a dojít k pocitu, kdy mu vítězství nebo dobře odjetý závod dá víc než peníze nebo slávu.“ □

# MISTROVSTVÍ SVĚTA VE VESLOVÁNÍ

## 18. - 25. 9. 2022 / RAČICE



## NEJVĚTŠÍ VESLAŘSKÁ AKCE PO 29 LETECH ZPĚT V ČR!

Hlavní partneři:



Mediační partneři:



Organizátoři:



# MĚNÍME SVOU TVÁŘ.

NOVÁ IDENTITA.  
STEJNÝ CÍL.  
VYHRÁVAT!



ČESKÝ  
STOLNÍ  
TENIS



NA CO MYSLÍM, KDYŽ BĚŽÍM...

# Trenérská odpovědnost

Odpovědnost trenéra je společností primárně vnímána jako odpovědnost za rozvoj a formování talentu. V případě dětí a mládeže je ale mnohem širší. Spoluutváří osobnost mladého sportovce, je mu vzorem, pozitivním i negativním, nastavuje mu škálu a laťku hodnot, jež si nese do života, nejen sportovního. V určitém věku je pro něj autoritou, často na stejné úrovni jako rodiče. Trenéři na každé úrovni musí znát víc než jen taje techniky a taktiky, aby byli úspěšní. Jiří Zedníček se pohybuje ve sportovním prostředí v mnoha rolích a funkcích, v domácím i mezinárodním prostředí více než 50 let. Je příkladem člověka, jenž si je své odpovědnosti v plném rozsahu vědom. Zde tlumočím jeho poselství.

**V** dnešní, až extrémně primárně „na úspěch zaměřené době se tato celospolečenská filozofie nutně projevuje ve všech oblastech života. A bylo by naivní a dlouhodobě kontraproduktivní se domnívat, že ve sportu to je jinak.

V té souvislosti si myslím, že stojí za uvážení podívat se i na postavení trenérů, jejich možnosti a odpovědnost. Nebudu si všímat trenérů individuálních sportů, ale soustředím se na týmové sporty, konkrétně basketbal, což je prostředí, které přeci jenom znám nejlépe.

Je zjevné, že se tyto aspekty budou lišit podle kategorie (věkové i výkonnostní) družstev, které trenér vede. Nejjednodušší rozdělení je asi podle věku na dospělé a mládež. Zatímco u dospělých půjde o vrcholový a výkonnostní/hobby sport, u mládeže bude určitě dalších dělicích kritérií více.

Začnu u mládeže. Snad by mělo být samozřejmé, aby trenér mládeže chápal své postavení nejen jako člověka učícího své svěřence specifickým dovednostem a postojům vázaným na sport, ale také jako vychovatele odpovědného (samozřejmě ne exkluzivně) za výchovu svěřenců, rozvoj jejich osobnosti a budování jejich životních postojů, schopnosti fungovat a spolupracovat v kolektivu,

rozvíjet jejich cílevědomost a v přiměřené míře i ctižádost a schopnost při úsilí o dosahování cílů překonávat těžkosti a překážky, ať už vnější nebo autogenní. Ve vyšších věkových kategoriích je třeba, aby svým svěřencům pomáhal i v hodnocení vlastních možností a na jeho základě i formulování cílů.

Ze svého pohledu zcela zvenčí mám pocit, že od příliš jednostranně na úspěch zaměřené společnosti se tento postoj přenesl i do činnosti trenérů, až po vyslovení negativní chování a jednání. V té souvislosti si vzpomínám na případ hokejového trenéra dorostenců v Brně a jeho, pro mne naprosto nepřijatelné a sprosté, chování vůči svým svěřencům.

Ještě víc alarmující mi však připadla reakce na takové jednání od veřejnosti, odborné i laické, kdy velká část jeho chování ospravedlňovala, nebo dokonce považovala za normální a správné. Jsem si vědom, že mohu být považován za staromilce, ale jsem nezvratně přesvědčen, že role vychovatele je stejně neoddelitelnou součástí trenérské osobnosti a jednání, jako všechny ostatní role spojené s vlastní hrou.

Váha jednotlivých komponentů trenérské činnosti se bude určitě vyvíjet podle věku mladých basketbalistů, které vede.

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

## MICHAL JEŽDÍK

- Vedoucí sportovní metodického úseku České basketbalové federace, člen VV ČOV. Bývalý basketbalový reprezentant, trenér národního mužstva mužů a U20, Sparty, Prostějova, Nymburka. Byl členem realizačního týmu NBA Detroit Pistons v letních ligách. Opakovaně absolvoval Euroleague Basketball Institut. Certifikovaný lektor ČOV.





FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

Od primárního budování zájmu a vztahu ke sportu a základních norem chování, spolu s primárním rozvojem základních dovedností u těch nejmladších, přes rozvoj soutěživosti a týmových schopností u starších až po taktické schopnosti u nejvyšších mládežnických kategorií.

U všech mládežnických sekcí považuji za naprosto nezbytné, aby si trenér uvědomoval, jakou má odpovědnost vůči svým svěřencům (ale i jejich rodičům), kteří mu dávají k dispozici ohromné množství jedné z nejvzácnějších komodit – času – s důvěrou, že jim pomůže ke kvalitnímu prožití řady let, po které je vede, a k formulaci a uskutečnění jejich (nejen) sportovních cílů.

Pokus definovat priority pro jednotlivé kategorie mládeže, typy a rozsah dovedností, které by měli v dané kategorii trenéři u svých svěřenců rozvíjet, je velmi obtížný, protože neexistuje snadno a přesně definovatelný typ ať už jednotlivých svěřenců, nebo sportovního kolektivu.

A tak naprosto klíčovým aspektem je schopnost trenéra rozpoznat, koho

vlastně vede, a podle toho přizpůsobovat svůj přístup. A schopnost tohle poznat je predeterminována nejen jeho vzděláním a šíří znalostí, ale také jeho pokorou vůči úkolu, který na sebe bere. Proto i když u stejné věkové kategorie bude velká část činnosti stejná, musí trenér být schopen odhadnout, jaké speciální pozornosti ten který jednotlivec nebo tým potřebuje. A může se to lišit od technických dovedností až po rozdílné psychologické přístupy i v rámci jednoho družstva.

Trenér má jistě velmi významnou odpovědnost vůči svému zaměstnavateli, popřípadě majiteli družstva, klubu, ve kterém působí, i vůči jeho podporovatelům. Přestože jsem nikdy nevedl žádné dívčí/ženské družstvo, jsem si jist, že se přístupy trenéra ke klukům a děvčatům mohou (a asi musí) významně lišit.

V jednom se však shodovat musí. V uvědomění si odpovědnosti, kterou trenér má vůči lidem, které vede, a uvědomění si té odpovědnosti v celé šíři. Zejména u mládeže.“



## JIŘÍ ZEDNÍČEK

**Narozen:** 14. 2. 1945

**Sportovní kariéra:** Slavia VŠ Praha (1962-78, 7x mistr Československa, 7x vicemistr), reprezentant ČSSR na OH v Mnichově (1972), 2x na MS (1970, 1974), 5x na ME (stříbro 1967, bronz 1969), nejlepší hráč ME 1967, působil také jako trenér v Belgii

**Funkcionářská kariéra:** předseda Československé basketbalové federace (1990-92), předseda České basketbalové federace (1994-98), místopředseda ČOV (2005-08), působil v řídicích orgánech FIBA, uveden do Síně slávy ČBF v roce 2013, v roce 2001 skončil na 4. místě v anketě o nejlepšího českého basketbalistu 20. století





# Chce to?

**P**okud se ti povedla práce v prvních dvou patrech psychologického domu, má sportovec jasno o tvých záměrech a smyslu společné interakce. Tím jste zvládli důležitý krok k tomu, aby tvůj svěřenec měl šanci dosáhnout očekávaných výsledků.



TEXT:  
ZDENĚK HANÍK,  
ONDŘEJ FOLTÝN

Vědět a chápat je důležité, ale stále tomu mnohé chybí – měl by ještě chtít a umět. Hned první z těchto dvou podmínek nás dovede ke královské disciplíně psychologie sportovního výkonu – k motivaci. A právě proto, že je královská, je také velmi obsáhlá. Rozdělíme ji proto do tří dílů. Začínáme tím, co motivace vůbec znamená a jak se jí dá ve sportu využívat.

„V učení přecházíme od JÁ MUSÍM k JÁ CHCI. Snažíme se jim vstřípit, aby každý den využili k tomu, aby z nich byli lepší sportovci i lidé.“

**NIKLAS HEDE,**

finský hokejový trenér



## CO JE MOTIVACE

Slovo motivace používá kdekdo, ale co to vlastně je? Motivace je síla přicházející z nitra člověka, která je odpovědná za start, směr a udržování zacíleného chování. Vzniká působením vnějších i vnitřních sil. Motivem chování jsou třeba instinkty a potřeby, ale i postoje, tužby a zájmy sportovce.

Podstatou motivace ve sportu je zejména práce s těmito silami a jejím smyslem je sladění postojů s požadavky na výkon a potenciál sportovce.

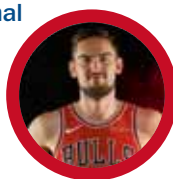
Jako trenér můžeš buď přímo působit pomocí vnějších motivů, nebo nepřímo

a dlouhodoběji ovlivňovat vnitřní motivaci sportovce. Musíš přitom počítat s tím, že ta vnitřní bude vždy dlouhodobě vlivnější. Co v tom znamená hlas srdce, popisuje Tomáš Satoranský.

„Dnes to celé vypadá jako skvěle promyšlená cesta, ale já spíš pokaždé jen poslouchal vlastní intuici. Dělal jsem, co mi připadalo v dané situaci nejlepší pro můj vývoj. Neposlouchal jsem rozumnější ego, nedával jsem si vedle sebe na papír plusy a mínusy, abych je pečlivě analyzoval. Poslouchal jsem srdce.“

**TOMÁŠ SATORANSKÝ,**

nejlepší český basketbalista



Využití vnitřních sil je složitější, protože pracuješ s vlivy, které nebývají na první pohled vidět. Mnohdy stojí dokonce v protikladu k tomu, co sportovec říká. Ve většině z nich se však příliš nelišíme, s jednou výjimkou, kterou v dalším dílu nabídneme k použití v podobě motivační typologie. Ta rozlišuje lidi podle typu výzev, které je vzrušují.

## VÝZVA ZE VNITŘÍ

Dostáváme se tedy k vnitřní motivaci, a začneme hned u trenéra olympijské vítězky.

„Ester nemusím motivovat. Na vrcholové úrovni mají závodníci, podle mě, o motivaci postaráno. Závodník musí mít svoji motivaci zevnitř. A já jsem měl to štěstí, že jsem měl skvělé závodníky, motivované.“

**TOMÁŠ BANK,**

trenér trojnásobné olympijské vítězky Ester Ledecké



Nevýhodou vnitřní motivace je její složitost. Abys mohl účinně motivovat konkrétního sportovce, musíš mít vzhled do jeho osobnosti, což vyžaduje určité psychologické znalosti, dovednosti a zkušenosti. Její výhodou je relativní trvanlivost. Vnitřní motivace na rozdíl



JDU DO TOHO, chci to!  
Pokud surfaři chybí  
odhodlání a víra, trenér  
už moc nepomůže...

od vnější (stimulace), by měla přetrvávat i po ukončení přímého trenérského působení. Podmínkou je pochopitelně správné přechtení potřeb sportovce a naladění se na ně.

„Já se nejvíc naučila tím, že jsem chodila každý den na zeď. Za hlavní pokládám, že jsem si to vybrala sama. Celé odpovědné. To bylo moje dětství. Po obědě jsme tam přišli a byli jsme tam třeba do sedmi do večera. A tak to bylo každý den.“

**BÁRA STRÝCOVÁ,**

bývalá světová  
jednička v tenisové  
čtyřhře



„A když si nebylo s kým hrát, vystačil jsem si sám. Za barákem jsem si udělal atletické závody. Vrh koulí, skok do výš-



FOTO: REUTERS

nými vnějšími podněty (stimuly), které jsou většinou dobře známé a viditelné. Stimulem může být finanční odměna, přijetí ostatními v týmu, pochvala, nové tričko či třeba u dětí kousek čokolády.

Tyto stimuly působí na každého z nás, ovšem v různé míře – v závislosti na situacích a osobnostech. A jsou příležitostí pro tebe. Ostatně stejně jako trenér odjedu než zvenčí působit nemůžeš.

**Výhodou vnější motivace je její jednoduchost**, protože obvykle používá obecně přitažlivých stimulů, naučí se s ní pracovat každý. **Nevýhodou vnější motivace je její pomíjivost.** Většinou působí jen po omezenou dobu. S ukončením stimulace často odeznívají i její očekávané důsledky.

Z hlediska tvé práce trenéra se vnější motivace spíše váže ke krátkodobým událostem, jako je zápas nebo turnaj, méně vhodná je pro působení na dlouhodobý postoj hráče k tréninku a ke sportu vůbec. Čili je blíže k tomu, co se zejména v týmových hrách vnímá jako role kouče.

*„Pohání mě touha motivovat mladé lidi, aby se snažili dosáhnout co možná nejlepších výsledků v tom, co dělají. Motivuju láskou, nebojácností, moji hráči se berou jako my, ne já. Pracuji pro každého člena týmu, ne pro jednotlivce.“*

**ERIC HOLTZ,**

baseballový trenér



Tvůj svěřenec ti tedy musí důvěřovat. Pak tě respektuje. Důvěru nejlépe získáš poctivostí úmyslů, láskou k tomu, co děláš, že se tvoje slova skutečně zobrazují ve tvých činech, přirozenou člověčinou a srozumitelnou důsledností.

Jsi-li jako trenér skutečně výrazným a přitažlivým vzorem, můžeš být ve svém působení velmi dlouhodobý a tvůj vliv na sportovce může vydržet celý život. Zvnějšku tak dlouhodobě a průběžně působíš na postoje svěřence.

### RISKANTNÍ ALTERNATIVA

O motivaci můžeme mluvit pouze v případě, že tvoje působení nejde proti zájmům sportovce. Když sportovci při cestě za vítězstvím, tedy v jeho zájmu, podáváš nadsazené informace a nezpůsobíš mu tím žádnou újmu, můžeme stále mluvit o motivaci. Pokud například dítě sní o tom dostat se na olympiádu a ty, i přesto, že víš, že nikdy neopustí lokální hřiště, tento sen podporuješ, tak ho můžeš udržet u sportu. To není málo.

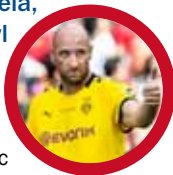
Pokud ovšem jde tvé působení proti jeho zájmům a je vedeno zájmy jinými, například tvými nebo nějaké třetí osoby či klubu, pohybuješ se jednoznačně v poli manipulace. Tady jde o zneužití trenérského vlivu.

Představ si situaci, že trenér nejmenovaného týmu láká hráče z klubu nižší úrovně do svého týmu s tím, že ho motivuje vidinou výkonnostního růstu, a snaží se ho získat slovy: „Budeš kvalitně trénovat →

ky, skok do dálky... Byl jsem tam hlavním pořadatelem, jediným závodníkem a taky komentátorem - pořád jsem popisoval, co který závodník dělá, ale vždycky jsem to byl vlastně já.“

**JAN KOLLER,**

nejlepší reprezentační  
fotbalový střelec



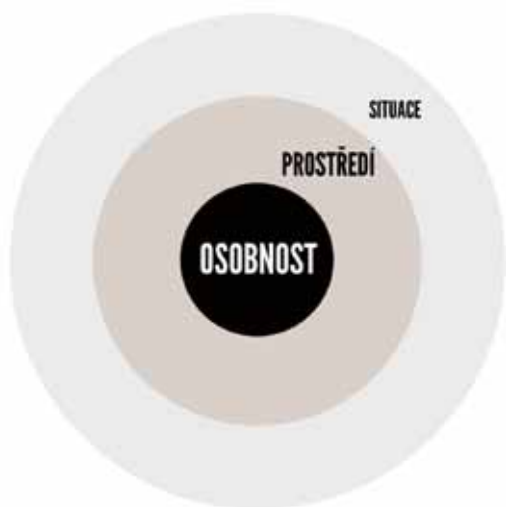
Z výroků slavných sportovců zřetelně vnímáme, co je vnitřní motivace, a vyplývá z nich mj. motivační pravidlo pro trenérskou práci – trenér **nesmí soupeřit s vnitřní motivací sportovce**. Musí ji pochopit, naladit se na ni a zapřáhnout ji do služeb výkonu.

### VÝZVA ZVENČÍ

Motivace z vnějšku je jednodušší. Někdy jí říkáme stimulace. Pracuješ s osvědče-







a hrát s lepšími hráči, budeš se vyvíjet v podmínkách, které ti tvůj regionální klub nikdy nemůže zajistit.“

Už ale zamlčí, že s ním počítá jen jako s náhradníkem pro případ, že se jeho konkurent na herním postu zraní. Motivuje ho tudíž ve vlastním, nikoliv hráčově zájmu, poněvadž výkonnostní růst, který mu slibuje, je těžko představitelný v roli náhradníka, který sice kvalitně trénuje, ale v zápase se nedostane na hřiště.

Tak například může vypadat manipulace ve sportu a je metodou eticky chybnou. V dlouhodobém výhledu bývá neudržitelná a pokřivuje důvěru mezi sportovcem a trenérem. Možná tohle některým trenérům nevádí, protože ve víře, že účel světí prostředky, podřizují vše výsledku. Ty bys však měl vědět, že v takovýchto případech se dostáváš za hranici eticky přijatelných praktik.

### EXISTUJE UNIVERZÁLNÍ MOTIVÁTOR?

Naši obvyklou chybou při motivaci je představa, že jiné lidi motivuje přesně to, co nás. Předpokládáme, že na ně bude platit to, co vzrušuje a motivuje nás. Nabízíme jim to, po čem prahne a co nás zvedá ze židle. A díváme se, že to nefunguje.

Částečnou výjimkou je vnější motivace. Sázíme-li na ni, pak peníze, pochvala, sláva nejsou špatným stimulem. Ale jejich využití provází dva velké problémy: mají hranice své účinnosti a nepůsobí vždy, všude a na každého.

Hledání nějakého obecně fungujícího podnětu, který by působil na všechny lidi za všech situací, se zdá být marné. Přesto jeden univerzální způsob funguje

na všechny: **chovej se ke každému jinak** - zejména s respektem k typu osobnosti. Nechceš-li tedy spoléhat na primitivní stimuly typu: tlak nebo peníze (mají výhodu jednoduchosti a průměrným sportovcům někdy vystačí), potřebuješ se ve sportovcích vyznat.

„Polní psychologie, ta dennodenní, v praxi, je často vzdálená knize. Já jsem se psychologii sportu snažil studovat, na fakultě, na trenérství, ale faktem je, že praxe s holkama mě znovu a znovu přesvědčovala o odlišných věcech. Neexistuje tam žádná šablona a každá holka je úplně jiná knížka. Někdy mě to až štvě, říkám si, že už toho dost vím a že bych mohl některé věci rutinně zpracovat, ale jsem pokaždé překvapený, že i když toho mají mé hráčky hodně společného, tak musím postupovat pokaždé jinak.“

**DAVID KOTYZA,**  
trenér českých  
tenisových hvězd



Nezbývá, než svého svěřence pochopit a dát mu to, co právě on specificky a jedinečně k dobrému výkonu potřebuje.

### MOTIVAČNÍ POLE SPORTOVCE

Motivy v zásadě vyrůstají ze tří zdrojů, které se liší původem, povahou a trvanlivostí.

Nejhlubším a nejtrvalejším zdrojem motivace je **osobnost člověka**, konkrétně jeho motivační založení, motivační typ. K určení motivačního typu využíváme odlišných reakcí různých lidí na různé podněty. Znalost motivačního typu konkrétních sportovců pak využíváme zejména pro dlouhodobou motivaci, protože jde o rys, který v průběhu života zůstává relativně stálý. Jde o téma, které rozebereme v příštím díle.

Vedle osobnosti sportovce musíme vzít v úvahu také jeho zájmy, spojené s uspokojováním potřeb. Tento faktor se může ve střednědobém výhledu významně měnit, protože nezávisí jen na osobnosti člověka, ale i na **prostředí, ve kterém sportovec žije**.

Vliv vnitřního a vnějšího prostředí na motivaci kdysi popsal ve své slavné hierarchii potřeb Abraham H. Maslow. Její zjednodušenou modifikaci, vhodnou pro sportovní využití, představíme v říjnovém čísle.

A konečně je tu zdroj třetí, **aktuální situace**, ve které se sportovec a trenér nacházejí. Motivy související s žitou přítomností mohou být silné, ale bývají pomíjivé. Pro naši představu je můžeme přirovnat k jakémusi motivačnímu počasí. Tyto situační motivy bývají ventilovány v podobě **emocí**, jsou proto poměrně dobře čitelné, ale nelze je pro jejich přechodnou povahu použít pro dlouhodobou motivaci. Budeme se jim věnovat rovněž v říjnovém čísle.

Na všechny tři složky motivačního pole se podíváme podrobněji. Začneme příště u kořenů motivačních rozdílů mezi lidmi, které pronikají hluboko do lidské osobnosti.

### CO ČTE TRENÉR PSYCHOLOG?



### DO TRENÉRSKÉHO NOTESU

**DLOUHODOBOU MOTIVACI  
SPORTOVCE STAVÍME  
NA ZNALOSTI JEHO OSOBNOSTI.  
STŘEDNĚDOBOU OPÍRÁME  
O ZNALOST PROSTŘEDÍ, VZTAHŮ  
A PODMÍNEK, VE KTERÝCH  
SPORTOVEC ŽIJÍ. PRO  
KRÁTKODOBOU A POMÍJIVOU  
MOTIVACI MŮŽEME POUŽÍT  
I OKAMŽITOU SITUACI A AKTUÁLNĚ  
PŮSOBÍCÍ EMOCE.**



**POPRVÉ  
V ČECHÁCH**

INZERCE

# NEJVĚTŠÍ 3x3 BASKETBALOVÝ TURNAJ NA SVĚTĚ

Red Bull Half Court je největší 3x3 basketbalová soutěž, která každoročně přiláká na 15 tisíc hráčů z celého světa. Letos se poprvé koná i v Čechách. Vítězové tří letních regionálních kol se utkají 13. srpna v národním finále v Praze na Pražačce za účasti nejlepšího českého basketbalisty Tomáše Satoranského.

## Herní formát

Koncept je jednoduchý – nastřílet co nejvíce bodů, vydržet rychlé tempo hry a probít se do světového finále v egyptské Káhiře. Pravidla turnaje vycházejí z oficiálních herních pravidel FIBA pro hru 3 na 3. Tým se musí skládat minimálně ze tří, ale ne více než čtyř hráčů. Herní čas každého utkání je 10 minut s maximálním skóre 21. Pokud se hra prodlužuje po remíze, o vítězi rozhoduje první získaný koš. Týmy postupují turnajem vyhranými zápasy.

## Hvězdný ambasador

Ambasadorem prvního ročníku unikátního projektu se stal nejlepší český basketbalista Tomáš Satoranský, kterému streetball není cizí. „V dětství jsem hrál několik turnajů, když se streetball u nás rozjížděl, pamatuji si turnaje na Černém Mostě a Václavském náměstí. Postupem času jsem byl vázáný profesionální smlouvou, tak jsem se nemohl těchto akcí aktivně účastnit, ale rád se zajdu podívat z pozice fanouška. Dokážu si představit, že po ukončení své profesionální kariéry si nějaký takový turnaj zahrāju,“ říká Tomáš Satoranský, který se chystá i na národní finále.



## Globální rozměr

Velikost letošního turnaje přesahuje jeho loňskou verzi. Hráči z více než 20 zemí ze čtyř kontinentů bojují o účast na světovém finále v Káhiře v Egyptě. Red Bull Half Court hledá ty nejlepší hráče a hráčky 3x3 basketbalu v Anglii, Austrálii, České republice, Egyptě, Gruzii, Hongkongu, Indii, Itálii, Japonsku, Jordánsku, Kazachstánu, Keni, Kuvajtu, Moldavsku, Nigérii, Německu, Řecku, Srbsku, Švédsku, Švýcarsku, Turecku, Spojených arabských emirátech a na Šrí Lance a Maledívách.

## Streetballová kultura

Red Bull Half Court je odrazem streetballové kultury, kterou tvoří jak hudba, umění, tanec a móda, tak streetballové triky. Tím ale poselství Red Bull Half Court nekončí. Stejně jako minu-

lé ročníky v jiných zemích, české vydání turnaje spolupracuje se streetballovou komunitou na renovaci basketbalového hřiště na Pražačce, které se slavnostně otevře právě během národního finále tohoto turnaje. Hřiště bude v novém kabátě sloužit i dalším generacím.

## Národní finále

Národní finále proběhne 13. srpna na novém basketbalovém hřišti na Pražačce v Praze 3. Na ženské i mužské týmy, které obsadí 1. místo, čeká postup na světové finále turnaje Red Bull Half Court, jež se bude konat v egyptské Káhiře na přelomu září a října letošního roku, a voucher v hodnotě 26 000 Kč na nákup v The Streets.



[redbull.cz/halfcourt](http://redbull.cz/halfcourt)



# CZC.CZ

## DVOJKY FANDÍ ČESKÉMU ESPORTU



**Lenovo**



**Lenovo Legion 5 15IAH7H**  
s procesorem Intel® Core™ i7-12700H

**49 989 Kč**



[www.czc.cz/eleague](http://www.czc.cz/eleague)

Akce platí do 15. 8. 2022 nebo do vyprodání zásob.