

COACH

„I zabiják
má strach“

Jan Hadrava

Hvězda volejbalové
reprezentace



Spot

magazín vydávaný
ve spolupráci s Českým
olympijským výborem



ČESKÁ
TRENÉRSKÁ
AKADEMIE

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

iSport

LIFE

ZÁVODY

s Buřinkou



STAVEBNÍ
spořitelna České spořitelny



**Děti:
100 Kč**

**Dospělí:
od 390 Kč**

**16. 10.
Praha, Milíčovský les**

www.isportlife.cz

COACH

COACH. Měsíčník. Ročník 6., číslo 10, vychází 5. 10. 2021.

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

voľte linku 5275,

Redakce – linka 5111.

Šéfredaktor: Lukáš Tomek,
vedoucí redaktor: Petr Schimon,
grafici: Jaroslav Komolý, Kristýna Kubová,
autor grafické úpravy: Milan Jaroš,
redakční rada: Michal Ježdík, Filip Šuman,
Zdeněk Haník, Michal Barda,
inzerce: Jan Nassir (7338),
jan.nassir@cncenter.cz,
ředitel inzerce: David Šaroch (7227),
kontakt na inzertní poradce: linka (7512),
marketing: Patrik Kubečka,
e-mail: patrik.kubecka@cncenter.cz,
ředitel výroby a distribuce: Libor Berka (7283).

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 nevracejí.
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: 27. 9. 2021

TITULNÍ SNÍMEK: ARCHIV ČVS

VE SPOLUPRÁCI:



FOTO: FLORBAL.CZ

Renaissance

Tento časopis vznikl především z potřeby největších týmových sportů zahájit proces odborné renaissance. Jsem rád, že aktuální číslo může být poslem lepších zpráv. Ale pěkně od začátku.

Před šesti lety bylo až s podivem, jak snadno a rychle pochopili bossově kolektivních sportů, že takového média, jako je měsíčník COACH, je zde potřeba. A byli připraveni i rozhlédnout se za hranice vlastního sportu. Ba co víc, byli ochotni sáhnout do svých rozpočtů a celý tento špás spolufinancovat.

Často zaznívaly z řádků tohoto časopisu kritické, byť dobře míněné hlasy, ano - i nářky. Snad tedy i tato snaha svým dílem přispěla, že se v oblasti týmových sportů vlak konečně rozjel správným směrem. Po mistrovství světa a úspěšné kvalifikaci na olympiádu pohnul ledy nejprve basket. Rozjásal českého fanouška, přivedl týmový mužský sport po mnoha letech na OH a zplodil i novou superhvězdu Tomáše Satoranského. O tom jsme informovali v předešlých číslech.

Minulý měsíc se povedl podobný kousek i volejbalu. Národní tým totiž dokázal před zraky vlastního publika porazit olympijského vítěze Francii a získat si sympatie celého národa, stejně jako basket. Proto patří titulní strana i hlavní rozhovor tohoto čísla jedné z hvězd týmu Janu Hadravovi. Dozvíte se v něm třeba i to, jak tvrdý je chleba špičkového světového klubu, když se dostanete na lavičku náhradníků.

Ruku na srdce, florbal měl mezi týmovými sporty pozici outsidera. Ostatní sporty jako by ho nechtěly vzít mezi sebe, protože ho pokládají spíše za školní sport než za klasickou gladiátorskou arénu.

Navíc trochu žálří, že se florbalu daří masivně zvětšovat členskou základnu a odsávat tím děti ostatním sportům. Ani já nejsem superfanouškem florbalu, ale jedno vím. Ten sport je výborně řízený, dokáže se mediálně prezentovat, dokáže při svém superfinále vyprodat O2 arenu. To je ale na jinou diskusi.

Já bych chtěl upozornit na to, že florbal je podruhé v řadě mistrem světa v kategorii U21. A jestliže zapřísáhlé nepřátele florbalu nedokáže přesvědčit ani vyprodaná O2 arena při velké show, jakou je superfinále, pak nabízím ještě jiný pohled. Ve florbalu se pohybuje řada chytrých lidí a jedním z nich je určitě trenér zlatého týmu Jaroslav Berka. Při četbě rubriky „Hlas trenéra“ jsem si jasně uvědomil, že ten člověk ví, o čem hovoří, a dokáže to i pěkně formulovat. Doporučuji ho tedy rozhodně i vám k přečtení.

Doufám, že mi autoři ostatních rubrik tentokrátě prominou, že jsem v úvodníku věnoval čas pouze dvěma sportům. Mezinárodní úspěch v jakémkoliv sportovním odvětví je totiž tou nejlepší metodikou, kterou znám. A jako metodik já sám, když dostanu k dispozici takové náboje jako v uplynulých týdnech. Přeji pěkný zbytek babího léta a příjemnou četbu.

Zdeněk Haník

bývalý trenér volejbalové reprezentace a předseda České trenéřské akademie ČOV



Žiju na hřišti, ne v digitálním světě

Sedím s **JANEM HADRAVOU** v ostravském hotelu Quality před památným zápasem proti olympijským vítězům z Francie na volejbalovém mistrovství Evropy. My už víme, jak slavně to dopadlo a jak skvěle Honza zahrál, ale při rozhovoru se nacházíme v situaci, kdy národčák odehrál solidní zápas proti Itálii, do něhož „Hadrák“ nenastoupil. Trochu ho to mrzelo, i proto, že se o pár dnů později stali šampiony. Nejen o angažmá v Itálii vypráví v rozhovoru pro Coach.

TEXT: ZDENĚK HANÍK





FOTO: ARCHIV ČVS

Má za sebou sezonu, kdy po tučných čtyřech letech v Polsku zamířil do jednoho z nejlepších klubů světa, italského Lube Volley Civitanova, kde ovšem hrál minimálně. Jak ho slyším, hned mi to připomnělo nekonečné diskuse s jeho otcem Milanem, který byl mým spoluhráčem v národním týmu i v rakouském klubu Tirol Innsbruck. I proto si s Honzou tykáme. Hraje na postu diagonálního hráče, a pokud v textu zazní pojmy z volejbalového žargonu jako účko či univerzál, vězte, že se jedná o jeden a tentýž post. Pod přezdívkou Hadrák zná volejbalový svět Honzova tátu i jeho.

Jaký význam má, že před klíčovým zápasem s Itálií o postup do osmifinále tě trenér nenechá hrát? Co to je za tah?

„Já jsem se to dozvěděl pár hodin před zápasem, kdy si mě Pařas (trenér Jiří Novák) pozval na pokoj a zeptal se mě, že četl rozhovor, v němž se dozvěděl, že trenér Italů byl mým trenérem v Civitanově, v Itálii, a nedával mi tolik prostoru. Navíc dva Italové z národním týmu tam byli mými spoluhráči. Řekl jsem mu, že bych rád hrál, ale že pokud to vidí jinak, je to jeho volba a rozhodnutí je na něm. Více jsem byl zklamaný, když se mi stala podobná situace před dvěma lety na mistrovství Evropy proti Polákům. Prostě je to jeho rozhodnutí, chtěl si vyzkoušet Fingera, a ten hrál dobře. Trenér, který udělá dobrý tah, se nemusí obhajovat. Třeba to nakonec pomohlo i k tomu, že jsme pak porazili Francouze.“

Nejsi první ani poslední, kdo přišel do mančafu a měl sezonu, kdy si nezahrál, nebo hrál minimálně.

„Já vím. Rozhodnutí padlo loni po covidu. Ptali jsme se všichni, co bude a jak bude dál, a vtom přišla tato nabídka z Itálie.“

Jak byla ta nabídka formulovaná? Ty jsi věděl, že budeš dvojka na svém postu?

„Bylo mi řečeno, že chtějí první půlku základní části točit sestavu. Ne celou základní část, ale první půlku tak, aby se šlo z prvního, nejhůře z druhého místa, a zároveň, aby se postoupilo ze skupiny v Champions League. Takto mi to bylo řečeno. Ve finále to tak nebylo. V základu jsem začal jenom dva zápasy, skoro do každého utkání jsem zasáhl - na blok, na servis, dvojtřídání, někdy jsem střídal, když se nedařilo prvnímu univerzálovi. Byla to trošku, nechci říct podpásovka, ale říká se přísloví Když ptáčka lapají, pěkně mu zpívají. A to byl přesně tenhle případ. Ale nabídka z Lube... Slušné podmínky, byla možnost se ukázat v Itálii, zahrát si v klubu s top hráči. Říkal jsem si, že nebudu hrát všechno, ale ze začátku budu dostávat šanci. Možná jsem si to podělal sám, protože jsem střídal v superpoháru v září, přesně před rokem touto dobou, a ten zápas jsme prohráli. Nezahrál jsem výborně, ale ani špatně, průměrný výkon.“

Co kdybys v té situaci šel za trenérem a řekl: Já chci hrát?

„To jsem udělal. Zeptal jsem se ho, proč nehraju, nebo proč mě málo staví. Samozřejmě mi řekl, že mám být trpě-



FOTO: ONDŘEJ DRIML A ARCHIV ČVS (2x)



JAN HADRAVA

Narozen: 3. 6. 1991 v Rokycanech

Profese: volejbalový reprezentant (smečař a univerzál), věnuje se také beachvolejbalu

Výška/váha: 198 cm/100 kg

Kariéra: Dukla Liberec (2011-14), Nantes Rezé (Fr., 2014-16), Olštýn (Pol., 2016-20), Lube Civitanova (It., 2020-21), Jastrzebski Wegiel (Pol., 2021-?)

Největší úspěchy: 2x mistr republiky (2013 a 2014), 3x účastník ME (7. místo 2017, 13. místo 2019, 8. místo 2021), 3x vítěz ankety Volejbalista roku (2018, 2019, 2021), vítěz Italského poháru (2021), v beachvolejbalu bronz na Evropských hrách v Baku (2015 - s Přemyslem Kubalou)

Senzační triumf v osmifinále evropského šampionátu. V Ostravě Češi šokovali olympijské vítěze z Tokia, Francii deklasovali 3:0 na sety.



„Z POLSKA MI VOLALI KAŽDÉ DVA DNY, NABÍDKA SE POSTUPNĚ ZVYŠOVALA. TAKŽE MĚ OPRAVDU CHTĚLI.“

Trenérem je kdo?

„Gardini, co mě měl v Polsku předtím. Zná mě a chtěl mě tam.“

Jak získáváš důvěru trenéra?

„Nevím. Nechci říkat výkonem, ale každý trénink jedu na sto procent, dávám tomu všechno. Nemyslím si, že jsem konfliktní člověk nebo že bych dělal rozbroje v týmu. Dlouhodobě trénuji na maximum. Neříkám, že pořád hraju výborně nebo dobře, ale nemám v povaze to, že bych něco odchodil nebo zabalil. Myslím si, že to mám možná po tátovi, to budeš vědět líp...“ (smích)

Jsi ještě lepší než táta.

(smích) „Moje přednost je, že tomu dávám maximum, všechno, co jde. Vzpomínám si třeba, jak jsem byl v žácích a nedostal se do kadetského národního družstva. Byl jsem třetí univerzál ve svém ročníku a rok nebo dva nato mě pozvali před šampionátem, aniž bych s nimi odehrál ligu. Tehdejší trenér cítil, že jsem na sobě makal a vypracoval jsem se pílí tam, kde jsem teď. Vzpomínám si na sraz v Jablonci nad Nisou, byl jsi tam i ty, natáčeli jste si nás. Každého jsi tam opravoval a já si pamatuju, že jsi mi tam vytýkal zášvih při rozběhu na směr, tak na nam jsem třeba zapracoval.“

Jasně. Víš, že každý detail hraje roli, tak mi je líto, že jsou někteří hráči zbytečně limitovaní technickými nedostatky. Dobře, pojďme dál. Co je pro tebe profesionál?

„Pro mě je to člověk, který je schopen odevzdat svému řemeslu nebo práci maximum a v daný moment, když je na pracovišti, třeba volejbalista, tak je plně koncentrovaný na trénink a režim sportovce. Prostě dělá maximum pro to, aby byl výborný ve svém oboru. Když to převedu na volejbal, tak profesionál, třeba →

livý, že svoji šanci dostanu. Prostě jsem poslouchal vomáčku. A pak ho vyměnili. To byl De Giorgi, který trénuje tady na mistrovství Evropy Itálii. Přesně si to pamatuju. Když to převedu na tento šampionát, hráli jsme s Itálií, která i kdyby prohrála 0:3, tak jim to bylo jedno, protože byli definitivně první ve skupině, mohli si postavit kohokoliv. Spoluhráči z národního družstva se mě ptali, jak to asi udělají. Já jsem předpověděl, že De Giorgi vymění maximálně jednoho hráče, jinak začne základní šestkou. A to se stalo. Úplně to stejné, co jsem v sezoně zažíval já, tady mají ti Italové, co by si mohli zahrát šampionát a nezahráli si.“

Teď jdeš zpátky do Polska do mistrovského týmu Jastrzebski Wegiel a tam bude situace jaká? Není tam také před tebou někdo?

„Je tam se mnou Boyer, také světové účko z Francie. Ale teď už vím, že toto

může nastat, také mám podepsáno jenom na rok. Oni chtěli na dva, ale já jsem řekl, že za této situace rozhodně ne. Chtěl jsem se vrátit do Polska a toto byla jedna z možností, kam jít. Jinak už toho moc v Polsku nebylo. Nechtěl jsem zůstat v Itálii, měl jsem jednu nabídku, a do Francie jsem také nechtěl. A pak čekat na Koreu se mi také nechtělo. Je pak těžší, že člověk nemá odehráno tolik zápasů, nemá co dát skautům. Takže jsem byl rád, že finále to byla nejlepší nabídka, jakou jsem zatím dostal, s nejlepšími podmínkami. Je to blízko do Čech, všechno hrálo pro. A chtěli mě a tlačili, volali mi každé dva dny, jak to se mnou vypadá, nabídka se postupně zvyšovala. Takže mě opravdu chtěli. Bude to pro mě těžké, protože tam je francouzská enkláva, tři olympijské vítězové z Francie, nicméně uvidíme. Sezona bude pro všechny dlouhá a snad tu šanci dostanu.“



OFICIÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2021 - 2024

SPOLEČNĚ TVOŘÍME TY
NEJLEPŠÍ PŘÍLEŽITOSTI,
KTERÉ VEDOU K ÚSPĚCHŮ

já, bude tím sportem žít. Nehledí vlevo, vpravo a není to jenom o tom výkonu, ale i o regeneraci a o všem okolo, o životě, životním stylu.“

Volejbal na úkor ostatních věcí?

„Částečně ano. V ten daný moment, kdy je na place plus ty věci okolo: regenerace, životní styl, stravování, to k profesionalismu patří. Ale na druhou stranu jsou věci, které jsou i důležitější: rodina, zdraví. Přesto tomu člověk obětuje hodně, myslím si, že i na úkor ostatních věcí. Je schopen odsunout na druhou kolej jiné aktivity, někdy bohužel i rodinu, třeba když hraje v Koreji.“

Jakou roli dnes hrají v životě profesionálního hráče agenti?

„V dnešní době velkou, protože volejbal, jako každý sport, je byznys. Je to i lobbingu, o umění hráče, ale i o lobbingu manažera. Nemluvím o Čechách, ale o zahraničí. Týmy jsou schopné na agenta dát kolikrát více, než když vidí hráče naživo. Tak třeba já, který jsem neodehrál bůhvíjakou sezonu, jsem měl možnost dostat se do týmu, který vyhrál polskou ligu a dali mi i daleko lepší podmínky, než jsem měl doteď. Na druhou stranu... Můj názor je, a třeba mě bude pár lidí nesnášet, že agent po Čechách je zbytečná věc.“

Proč?

„Možná u mladých hráčů se hodí. Ale většina kluků, kteří jsou v národáku, se v tom pohybuje a ví, kdo má jakou cenu. Pokud jim manažer není schopen zařídít, aby je přeplatili, tak si myslím, že jsou schopni si podmínky zařídít sami.“

Myslíš v rámci Čech? Když jde do zahraničí, tak je to jiné?

„Když jde ven, tak je to samozřejmě jiné.“

Možná je to tím, že tady v Česku není klasický trh.

„Je to trochu monopol. Ale ono se to změní, si myslím.“

Jak to?

„Vzniká tu jiná větev, která rozjízdí svoji manažerskou práci.“

Ale to se chce v oboru také nějaký čas pohybovat a něco o tom vědět, vybudovat si mezinárodní kontakty, ne?

„Oni jdou jinou cestou, nevím, jestli správnou. Ale konkurence vždycky pomáhá, jak mezi hráči, tak mezi manažery a agenty.“

Kdo další ovlivňuje tvoji kariéru?

„Logicky to jsou moji spoluhráči. Hlavně nahrávač. Já jsem měl v Polsku čtyři roky, co jsem tam dřív působil, na-

FOTO: ONDŘEJ DRIML A ARCHIV ČVS



hrávače, který mi věřil. Proto jsem byl na čelních pozicích v dlouhodobých statistikách. Kariéru samozřejmě ovlivňuje moje rodina, částečně táta...“

Pořád do toho kecá?

(smích) „Trošku mi radí. Voláme si často. Nejvíc mi radí děda.“

Nepřijde ti Česko jako rybník se stojatou vodou?

„Občas ano, myslím si, že ty teorie nebo návyky jsou pořád dvacet, třicet let staré. Volejbal se posunul, teď se to s novou generací trenérů, s Jirkou Novákem, Michalem Nekolou, trošku mění. Ale v období, když jsem ještě hrával v Čechách, trenérů, kteří měli náhled mezinárodního nebo moderního volejbalu, tady moc nebylo. Možná jsem to vnímal jinak než teď, ale s odstupem času mi přišlo, že to byla taková stará škola. Teď se to hraje úplně jinak než před deseti nebo dvaceti lety a mohl bych pokračovat dál. Myslím si, že je fajn, že tu máme novou generaci trenérů i hráčů. V Čechách nejsou zahraniční trenéři - v lize, o národnáku ani nemluvě. Falasca to tady hodně oživil, byl to výborný hráč, který měl svoji teorii, kterou pak i razil v italské A1, trenér s velkými zkušenostmi, pracoval v polském Belchatowě. Zkrátka si myslím, že je škoda, že je tu málo zahraničních trenérů, a že i těm klukům by to pomohlo ven. Přeci jen, když se zeptáte zahraničních trenérů na recenze hráče, tak třeba Italové mezi sebou, to je ‚mafie‘. Prostě když se někdo zeptá De Giorgiho, má to jinou váhu, než když se zeptá někoho, kdo je v zahraničí neznámý.“

Má hráč na postu zabijáka strach?

„Každý má strach. Kdo tvrdí, že nemá, lže si do kapsy. Zdravý strach je i pohon člověka. Přeci člověk bojuje jinak, když jde o život, než když si bude bojovat jenom tak pro randu. Strach, adrenalin i respekt jsou ve sportu důležité. Zdravý strach znamená i to, že hráč je ‚v zápase‘ a že mu o to jde. Je i více koncentrovaný, přicházejí s tím jiné stavy, emoce. Člověk zahraje balon tak, jak by ho třeba jinak nezahrál - vysoko, tvrdě, snaží se vyhnout bloku, ale neudělat chybu. Nesmí to ale být strach typu: Panebože, co když udělám chybu? Ten k tomu nepatří, to je špatně.“

Pochybuješ někdy o sobě?

„Občas se přistihnu, že ano. Měl jsem období v sezoně, kdy jsem nehrál, pro mě to bylo hodně psychicky náročné. Říkal jsem si, co vlastně budu dělat? Vů-

bec nehraju, jenom trénuju. Na tréninku jsem si odvedl svoje, ale když jsem pak šel na hřiště a nevěřil si třeba tak, jako když jsem byl v Polsku... Tam mě jedna chyba nerozhodila, ale v Lube byla jedna chyba znát. Byla vlastně za dvě nebo za tři. Byla to pro mě škola, ukázalo mi to, na čem pracovat, třeba jak více pracovat s psychikou. Tento pocit to pak trošku smázlo, když jsme tady vyhráli, vrátilo se to do normálu. Ale byly tam momenty, kdy jsem se necítil úplně dobře. Bylo to opravdu náročné.“

Tomáš Satoranský říkal, že když v NBA nehrál, musel si pouštět bývalé zápasy, aby věřil, že to ještě umí.

„To já ne, takto do detailu si své zápasy neuchovávám, tak jsem neměl možnost se na to dívat. Ale připomněl jsem si střípky, třeba z mistrovství Evropy, kde se mi dařilo. Nebo co člověk najde na sociálních sítích, když mi někdo něco poslal. Hrálo mě u srdce, když jsem se bavil s tátou. Nebo když mi děda psal, i přesto, že jsem tam šel třeba na jeden balon, a dával mi rady. Obrovskou podporu jsem měl v ženě. Kdybych tam byl sám, už bych neměl vlasy... Nebyl jsem v depresi, ale nebylo to fajn a upřímně: ani teď se necítím v top formě. Cítím, že to jde nahoru, ale chvíli to potrvá. Sezona byla dlouhá, od covidu až do jejího konce.“

Od Heleny Havelkové jsem slyšel, že by možná ráda zkusila beach, protože chce na olympiádu a domnívá se, že se šestkovým volejbalem se na ni těžko dostane. Jak je to u tebe? Beach hraješ hojně.

5

Tolik členů má rodinný volejbalový klan Hadravových. Pod vysokou síť zářili děda Josef (mistr republiky) a táta Milan (reprezentant), vedle neslavnějšího Jana hrají i mladší sourozenci Michael (Odolena Voda) a Nathálie (Kometa Praha).



Trévor Clévenot, olympijský šampion, nepropálil blok Jana Hadravy na nedávném ME



„Já jsem měl vizi stejnou, a mám ji pořád. Rád bych se na olympiádu podíval - jako sportovec nebo třeba jako trenér. Každý, kdo má blízko k vrcholovému sportu, podle mě na olympiádu chce. V šestkách na to naše země zatím - zatím! - nemá. Nebo není v hledáčku se tam dostat. Vezmi třeba letošní Tokio: z Evropy tam byly jen čtyři týmy. A Bulhaři, Srbové, Němci, Belgičani, Slovinci, všechno týmy z top světové patnáctky, se tam prostě nedostanou. Zvládnou to Poláci, Rusáci, Francouzi, Italové. Nikdo další. Je to tvrdá pravda a v beachvolejbalu je šance větší.“

Zraje plán?

„Nechci předbíhat a nechci se k něčemu zavazovat. Chtěl bych to ještě jednou zkusit. Uvidíme, co přinesou následující tři roky, dál to nebudu rozvádět.“

Je země, v níž bys chtěl žít, nebo tým, ve kterém bys chtěl být?

„Těch je více. Chtěl bych se podívat do Asie – Čína, Japonsko, Korea. Kvůli zkušenostem, abych si mohl říct, že jsem měl možnost tam hrát. Částečně by mě lákalo i Rusko, ale tam je to složité. Zprv je povoleno jen dva cizinci na tým, zadruhé je to vyloženě o fyzických parametrech. Tam jsou všichni univerzálové kromě místních Rusáků lodyhy (výraz pro extrémně vysoké hráče). Není to tak technická liga a nevím, jestli by mi seděla.“

Nejkvalitnější ligy jsou italská, polská a ruská. Je to tak?

„Víceméně ano. Turecko je o čtyřech týmech, ty ostatní jsou také silné, ale podle mě jednoznačně nejlepší liga je v Itálii. Pak následuje polská a ruská. Ale s ruskou nemám zkušenost, tak bych nerad plácal.“

Tvoje druhá kariéra bude asi jaká?

„Nepřemýšlel jsem nad tím. Chtěl bych zůstat u volejbalu. Ten je s mojí rodinou svázaný po tři generace. Čím více jsem venku, tím více vidím nedostatky, které by se měly napravit v Čechách. Co dělají trenéři venku a trenéři doma. Ze svého pohledu nějaké poznatky ze zahraničí mám a řešil bych některé věci jinak. Čím jsem starší, tím je to pro mě evidentnější. Takže je možné, že skončím u trénování. Ale není to tak, že bych vyloženě chtěl být výhradně trenér. Práce manažera by mě asi bavila také.“

Na trenérské dvojce jsi byl úspěšný a nápavitý, to jako hlavní metodik potvrzuji.

„To už je nějaký pátek. Chtěl bych se tomu věnovat v profesionální sféře. Nevím, jestli bych byl schopným trenérem pro mládež. Nerad bych někomu vytvářel špatné návyky. Asi by potom rozhodovaly zkušenosti. Když to člověk dělá déle, asi se vypiluje.“

Kde se vidíš za deset let?

„Doufám, že budu ještě hrát. (smích) Nevím, asi budu na sklonku kariéry. Třeba když budu jako Jarda Jágr, budu ještě hrát. Táta hrál do 43 let.“

Tak kde se vidíš za patnáct let?

„Chtěl bych trénovat profesionální tým. Nevím kde. Tvrdí se, že tlak na trenéra je v Čechách menší než v zahraničí, hlavně ve světových ligách, ale zase je to ohromná prestiž. Hráč je vždycky více vidět než trenér, ale uvidíme. Pohrával jsem si s myšlenkou, že bych dělal hráčského manažera, ale na to člověk musí mít ostré lokty. Bojovat za hráče, o podmínky, pokud nezaplátí atd.“

„FACEBOOK MÁM TŘEBA KVŮLI KONTAKTŮM ZE ŠKOLY, KVŮLI TŘÍDNÍMU SRAZU. NAPŘÍKLAD SE SATYM JSME BYLI SPOLUŽÁCI NA STŘEDNÍ, SEDĚL ZA MNOU DVA ROKY, NEŽ ŠEL DO ŠPANĚLSKA.“



FOTO: ONDŘEJ DRIML A ARCHIV ČVS (3x)

Jan Hadrava směřuje proti bulharským soupeřům na letošním ME. Češi zápas ztratili 2:3, ale na turnaji skončili osmí, Bulhaři dvanáctí.

To musíš jako trenér také...

„Myslím si, že výborný hráč si snáze vybuduje pozici jako trenér než jako manažer.“

Jakou roli hrají v tvém životě sociální sítě?

„Pro mě skoro nulovou. Nejsem na sociálních sítích aktivní. Na facebooku vůbec ne, ten mám třeba kvůli kontaktům ze školy, kvůli třídnímu srazu. Například se Satym jsme byli spolužáci na střední, seděl za mnou dva roky, než šel do Španělska. A Instagram používám minimálně. Když mě třeba někdo označí, hodím to dál. Nejsem člověk, co žije v digitálním světě. Pro mě je důležité hřiště – co je vedle, je fajn, ale trochu pozlátka.“

Hrají v tvém životě roli i jiné sporty?

„Basket. Hrál jsem ho dřív, občas si ho chodím zahrát i teď. Beachvolejbal. Rád se koukám na hokej nebo americký fotbal.“

Už jsi pro mladé hráče vzor. Může mít vzor vzory?

„Samozřejmě, já mám vzorů spoustu. Můj vzor byl a je můj táta. Když hrál Giba (brazilský volejbalista), to byl můj velký vzor. Jako univerzál určitě Stanley (diagonální hráč USA), hlavně, když se jim podařilo vyhrát olympiádu v Pekingu 2008. Tehdy jsem jim hodně fandil a nenechal si ujít žádný zápas. A zapomněl jsem na Karche Kiralyho. Tomu se podařilo, co nikomu jinému. Má čtyři olympijská zlata, dvě z beache, jedno v šestkách jako hráč a jedno jako trenér, letos v Tokiu s Američankami. Kdyby se mu ještě podařilo získat trenérské zlato v beachvolejbalu, tak to má komplet.“

A tvé vzory mimo volejbal?

„Částečně byl pro mě velký vzor Steve Jobs. Mám ho rád, četl jsem jeho životopis a poslouchal audio knihu. A taky Michael Jordan, to byl velký vzor.“

Co generace Hadravů? Děda Josef, otec Milan, ty. Tři generace spojené s volejbalem. Bude sága pokračovat čtvrtým dílem?

„Mám čtyřletého kluka, praváka (Jan Hadrava je levák, což mu ve volejbalu zmenšuje možnost hrát na kterémkoliv postu).“



INZERCE

KNIHA
TOKIO 2020
 ČESKÝ OLYMPIJSKÝ TÝM
 NA OLYMPIJSKÝCH
 HRÁCH DEN PO DNI,
 344 STRAN,
 550 FOTOGRAFIÍ



OFICIÁLNÍ PUBLIKACI
 ČESKÉHO
 OLYMPIJSKÉHO VÝBORU
 KOUPITE NA **MALL.CZ**
 A VE VYBRANÝCH
 KNIHKUPECTVÍCH

Před zápasem si zpíváme

V minulých dílech jsme se věnovali osobnosti kouče Jona Coopera a tajemství úspěchu týmu Tampa Bay Lightning, šampionů Stanley Cupu posledních dvou let. Dnes přidává své postřehy dlouholetá opora mužstva, útočník Ondřej Palát.

TEXT: SLAVOMÍR LENER

Ondro, potvrď, že Jon Cooper je precizní trenér, který také na sobě hodně pracuje? „Postupem času se změnil a hodně naučil, stejně jako my hráči. Máme dobré mužstvo, ale teď už i kvalitní obrannou hru. To ho dělá lepším. Chce, abychom hráli dobře a vyhráli třeba jen 1:0. Dokážeme vyhrát sérii zápasů, kde sice vyhráváme i 6:4 a víc, ale děláme hodně chyb. Vypočítává nám neustále, kolik ztrácíme puků, kolik šancí má soupeř. Pak jsou mítinky hodně kritické a adresné. Cooper dbá na každý detail - především ihned po první třetině v kabině rozebere na videu klíčové situace, na které musíme zareagovat - vzhazování, založení útoku atd. Myslím, že díky všem těm detailům a kvalitní obraně jsme vyhráli dva Stanley Cupy.“

A co video přímo na střídačce?

„Určitě. Coop se věnuje hlavně koučinku. Na střídačce máme minimálně dva iPady, které používají asistenti, ale i my hráči v lajně mezi sebou.“

Cooper vyžaduje včasnost. „Je to tak. Jeho heslo zní: ‚Kdo je dříve o 5 minut, je později o 10 minut‘. Je zažitě, že když se koná mítink v 17.00, jsou tam všichni o 10 minut dříve. Nikdo nepřijde později. On to má rád a funguje to celou jeho kariéru, co jsem s ním zatím zažil.“

Pravidelnost, soustavnost. „Opakujeme pořád dokola ty samé věci. Na tréninku většinou začínáme rozehrávkou



z obraného pásma. Máme čtyři až pět variant. Pak následují situace po bule. Reagujeme na styl soupeře a do zápasu jdeme s tím, že použijeme jednu ze tří variant, třeba v obranném pásmu. Z toho automaticky vyplývá automatismus, každý na ledě ví, co má dělat.

Co se týče mého rozcvičení, mám rutinu a dělám, hlavně v den zápasu, pořád to samé. Dříve bylo víc fotbalu, dnes, když potřebuji trochu víc probudit svalová vlákna, pracuji s lehčí činkou, třeba výskoky.“

Aura, síla osobnosti. „Známe se hodně dlouho, tak mi stačí, že vím, že za mnou je. Na střídačce udílí jen základní pokyny, moc neřve, detaily si píše na papírek, včetně časů. To pak probere o přestávce v kabině. Má skvělý individuální přístup. Někdy si pozve k sobě celou lajnu, řekne, co od každého očekává. Jindy ukáže jen

„OPAKUJEME POŘÁD DOKOLA TY SAMÉ VĚCI, JSME PERFEKTNĚ PŘIPRAVENI.“

mě na videu, co mám zlepšit. Když se mi daří, cítím, že mi hodně věří, tak řekne, abych pomohl na ledě třeba Pointovi nebo Kučerovovi. Je pozitivní, férový. Ke všem, ať jsi Kanadčan nebo Evropan.“

Trenérský tým. „Máme mnoho asistentů trenérů-specialistů. Týmové mítinky, speciální týmy - přesilovky, oslabení, vzhazování atd. Ti s námi vedou spoustu video-mítinků, pracují s námi na ledě, Cooper vše koordinuje a nejlíp mluví k týmu před a během zápasu v kabině. Kromě toho máme ještě tzv. leader-

na záchodě



FOTO: PROFIMEDIA.CZ



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

Speciální terminologie trenérů a hráčů. „Má to svoje výhody. Např. rozehrávce na osu říkáme nipple. Pak, když to používáme na ledě a křičíme nipple, nipple, soupeři na nás čumí a neví, co se děje. Stejně tak máme spoustu svých dalších výrazů. Například při rozehrávce se běžně v NHL používá strong-side, week-side. My máme East, West. Trenéři hodně nazývají cvičení jménem nějakého trenéra nebo města, kde to dělali nebo viděli. Většinou za tím je nějaká historka. Například trenér Halpern jednou cvičení špatně vysvětlil a pak se to totálně nepovedlo. Od té doby se cvičení jmenuje ‚Deblní drill Halperna‘ a děláme to už dva roky. Všechno je pak jednodušší, neztrácíme čas s vysvětlováním, má to spád a efektivitu. Takhle za 15-20 minut proběhneme základní cvičení bez přestávk, až pak je pauza, krátké vysvětlení a jde se například na systém hry.“

Na Floridě nám fungovaly pětizápasové segmenty, tým si tak mohl vybojovat extra cash. „U nás to mají mezi sebou spíše trenéři. Ti pořád o něco soutěží a soupeři, vyzývají se.“

Jste jako tým pověřiví? „Každý má něco. Coop, hráči. Všichni. Kdybyste rozklíčovali, co každý z nás dělá při

rozbruslení... Ať je to nějaké bouchnutí, posunek nebo cokoli. Hedman toho má hodně, já s Rutičem (Jan Rutta) taky. Stejně je to v kabině těsně před odchodem na led. Stamkos si ode mě půjčuje už dva roky pásku na hokejku - jednou jsem mu dal svou, on dal gól a sám už si pro ni nikdy nedejde. Anebo jdou kluci na záchod a někdo si začne zpívat, všichni po něm taky a každý si notuje jinou písničku. Když k nám je někdo vytrejdivaný, kouká, co se děje. Savard, co přišel od trenéra Tortorelly z Columbusu, říkal, jestli jsme normální, zpívat si na záchodě pět minut před zápasem písničky. Myslí, že jsme nejpověřivější tým NHL. Je to ale v dobrém slova smyslu, víme, že jsme připravení a tohle všem pomůže. Uvolní se napětí, je skvělá atmosféra.“

Jak se připravujete na play off?

„I v tom se Coop dost změnil, vyspěl. Dříve jsme měli víc mítinků, třeba i večer na hotelu, přestože jsme hráli doma. Byla nabídnuta i možnost přespání. Postupně toto odbourával a teď mohu říci, že kromě jednoho velkého a detailního mítinku a rozboru hry soupeře je vše tak jako v sezoně. A myslím, že je to tak dobře. Jsme dobře připraveni, známe taktiku, nestresujeme se, hrajeme svůj hokej.“

ship meetings. Coop se zeptá lídrů týmu na dny volna, jak jsme na tom, na organizaci cestování, jídlo, různé detaily, jestli někdo za mladých potřebyje pomoc. Někdy se do nás i pořádně opře, klidně nás lídrů seřve. Záleží, jak se nám daří. Klidně jednou za týden, když se nedaří, anebo za půl roku, když všechno funguje, jak má. Současně dokáží být trenéři velmi neformální, přisednou k tobě v letadle, zastaví se na chodbě, u jídla. Téma může být zase o hokeji, ale pokecáme i o fotbalu a Čechách, o rodině. Na jedné straně respekt, na straně druhé cítíš, že jednáš jako rovný s rovným.“

INZERCE

TOYOTA | CZECH TEAM
GENERÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2019 - 2024

CHCETE JEZDIT JAKO TÝM I VY?

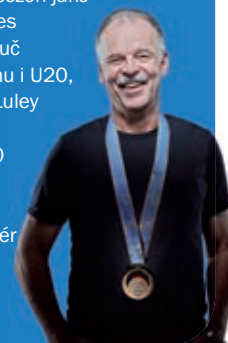
**PROACE VERSO
PROSPORT**

Více na www.autoprospport.cz



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 utkáání (2x zlato a 4x bronz)
- působil jako šéftrenér svazu a manažer reprezentace (1x stříbro, 2x bronz)



Táta hrál házenou a moc nechybělo, aby se ona sama stala fotbalistkou. Jenže místo Slavie se objevila nabídka ze Sparty, což doma neprošlo. Přednost tak dostaly menší míčky. Tenisák uspěl u mladé dámy jen na krátkou dobu a naštěstí vyhrál ten softballový. Dnes **GABRIELA SLABÁ** patří na pálce k oporám Eagles i reprezentačního týmu.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

Nechyťte motýly!

FOTO: ARCHIV ČSA



SOFTBALLISTKA

GABRIELA SLABÁ

Narozena: 20. 6. 2000

Police: pálkařka Eagles Praha a reprezentace

Kariéra: odjakživa Eagles Praha

Největší úspěchy - Eagles: 2x stříbro v extralize (2019, 2020), 2x bronz v extralize (2017, 2018). **Reprezentace:** účastnice ME kadetek (stříbro 2015), 2x účastnice MS juniorek (2017, 2019), účastnice ME juniorek (bronz 2018), účastnice ME žen (bronz 2021)

Sportovní začátky

„Odmalička mě hrozně bavil fotbal. Stále jsem si někde kopala a bavilo mě to. Jednou jsem se úplnou náhodou připletla na nábor do Sparty, to mi byly asi čtyři roky, a hned mě chtěli do týmu. Můj děda je ale slávista, takže je jasné, že to nemohlo dopadnout jinak než odmítnutím. Tím skončila moje fotbalová kariéra dřív, než začala. Pak jsem začala hrát tenis, vydržela jsem u něj asi dva roky. Trenér sice říkal, že mi to jde, ale žádné velké úspěchy jsem neměla. Jen si pamatuji, že jsem jednou odehrála balon na bekhend a zaskakující trenérka mi řekla, že vypadá jako baseballový švih. To jsem však ještě nevěděla, co baseball nebo softball je.“

Softball

„Na tenisu mi nevyhovovalo, že je to individuální sport, vždycky jsem měla ráda kolektiv. Tak rodiče přemýšleli, jaký sport by pro mě byl vhodný. Kritériem výběru byl kolektivní sport a míč. Mámina nejlepší kamarádka, hráčka softballu, přišla s nápadem, abych ho začala hrát. Splňoval obě kritéria, a navíc kousek od bydliště byl v Krči krásný areál Eagles, tehdy Altron. Hned při prvním tréninku jsem věděla, že ta hra mě bude bavit. Mými prvními trenéry byli Sváta Procházka, Kamila Bužgová a Eva Bártoová. Myslím, že je velmi důležité, s jakým trenérem dítě začíná sportovat, protože to může rozhodnout o vytrvání dítěte u daného sportu. Musím říct, že jsem měla na první trenéry štěstí a i díky nim se softball stal mou srdeční

záležitostí. Dali mi nejen základy hry, ale hodně vzpomínám na zážitky mimo hraní. Pokládám za důležité, aby se v tréninku či na soustředěních mládeže jen nedrilovala samotná hra. To pak děti nebaví. Pamatuji si, jak na nás Kamila jednou volala, když jsme lapali po míčích nesprávným způsobem, že chytáme motýly, ale máme chytat balony. Jakmile dnes někde vidím, jak se děti s chytáním míče perou, na Kamilu si vždycky vzpomenu.“

Posun do žákyň

„T-ball jsem hrála do 11 let. Běžně v této kategorii děti zůstávají do 13 let a poté se v našem klubu dívky specializují na softball a kluci na baseball. Já jsem se na softball do kategorie žákyň posunula dříve. Mými trenérkami se staly zkušené softballové hráčky Lena Borecká a Zuzana Zýmová. Poprvé jsem se seznámila se softballovým míčkem a učila se poznávat rozdíly mezi baseballem a softballem. Zuzka se s Lenou, které nikdo neřekne jinak než Fíša, skvěle doplňovaly. Jedna byla klidás a druhá, když bylo potřeba, zatlačila. Od žákyň jsem pak vždy hrála i za starší kategorie, nejdřív za kadetky, pak za juniorky, i když jsem byla věkem mladší. Na cestě do seniorského týmu jsem prošla rukama dalších trenérů. Každý z nich mě zcela jistě obohatil, ať už herně nebo prací na mé psychické odolnosti. Zásadní pro mě bylo zařazení do mládežnických reprezentací a tím jsem také, díky dobře odvedené práci svých trenérů, dostala šanci být blízko těm nejlepším.“



Seniorský tým

„Do A-týmu jsem přišla v roce 2017 se spoluhráčkou a kamarádkou Natkou Kopicovou, se kterou jsme byly v týmu nejmladší. V tom roce nastala generační obměna a bylo potřeba se pod trenérem Petrem Markem sehrát. Bylo pro mě velmi motivační, že mi dával šanci hrát, a myslím, že jsme se s Natkou brzy adaptovaly a dobře zapadly do týmové chemie. Musím ocenit i ostatní hráčky v týmu, které nás velice hezky přijaly a utvořily skvělou partu bez ohledu na věk. A to přetrvává dodnes. Myslím, že desátým hráčem na hřišti je právě naše týmovost.“

Eagles – Petr Marek, Aleš Chýle

„V seniorském týmu jsem nejvíce času strávila s Petrem Markem, který nás vedl pět let. Cenila jsem si na něm, že dokázal namotivovat, seřvat i pochválit. Myslím, že je důležité, aby trenér respektoval individuální potřeby hráček při jejich motivování. Co se mě týká, jsem v tomto ohledu trochu slo-

žitá. Někdy potřebuji, aby na mě nikdo nemluvil, jindy zase poplácat po zádech a ocenit. Když mi to ale na pálce nejde, nepomůže už nic, člověk se musí spolehnout jen sám na sebe. Ve výčtu trenérů Eagles jsem si naposledy nechala Aleše Chýleho, který je mentorem našich softballových trenérů a jeho zkušenosti jsou obrovské. Vždy mi byl a je nápomocen dobrou radou. Když se řekne softball a Eagles, asi se všem vybaví právě jeho jméno.“

Specializace na pálku

„Na úvod bych ráda řekla, že mě baví hra v poli i na pálce. Je pro mě důležité hrát v poli, být ve hře. Ale je pravda, že v posledních letech začala být právě pálka mojí předností. Velkou zásluhu na tom má i reprezentační trenér Vojtěch Albrecht, který se tréninku pálky hodně věnuje. Vojta má softball hodně nastudovaný a věnuje mu spoustu času. Hlavně se dívá do zámoří, kde je úroveň hry na vyšší úrovni než u nás. Právě těmi zkušenostmi ze zámoří se hodně posouvá, předává nám své poznatky

**„ZÁSADNÍ PRO MĚ
BYLO ZAŘAZENÍ
DO MLÁDEŽNICKÝCH
REPREZENTACÍ A TÝM
JSEM TAKÉ, DÍKY DOBŘE
ODVEDENÉ PRÁCI SVÝCH
TRENÉRŮ, DOSTALA
ŠANCI BÝT BLÍZKO TĚM
NEJLEPŠÍM.“**





FOTO: GREGA VALANČIČ (2X)

a společně z nich těžíme při reprezentačních akcích.“

Poradce na pálku Mike Renney

„V zahraničním klubu jsem ještě nehrála, ale u reprezentace nám pomáhá jako konzultant pálkařský trenér Mike Renney, Kanaďan, který mi za dva měsíce přípravy předal hodně poznatků a dovedností. Doufám, že se od něho ještě hodně naučím. Pomohl mi vylepšit švih a dal návrhy, na čem mohu ještě zapracovat. Mike má velké množství zkušeností a já vím, že mě může ještě posunout.“

Přístup trenéra

„Vyhovuje mi, když mi trenér v klidu a bez stresu řekne, co dělám špatně, ale i co dělám dobře. Měl by umět namotivovat na hru v pravý čas a hráčce věřit. Se svými zkušenostmi už nepotřebuji, aby na mě někdo řval a tlačil na mě. Ocením klidné a nehektické povzbuzování, zvýšený hlas na mě platí jen málokdy. I když jsem věkem spíš mladá

hráčka, těší mě, že trenéři se mnou víc mluví a chtějí znát můj názor. Radí mě tak mezi hráčky, které už mají něco odehráno. Doufám, že se mi daří, aspoň většinou, jejich důvěru nezklamat.“

Porada před utkáním

„Na taktické poradě se schází celý tým. Motivujeme se, opakujeme si signály. Řekneme si i pár dodatečných informací k soupeři, jejichž převážná část ale zazní ještě před rozsvíčkou.“

Sama v budoucnu trenérkou

„Být trenérkou jsem si již zkusila před čtyřmi lety, trénovala jsem malé děti. Je milé, že si na mě pamatují a doteď mi fandí. Nejsem ale moc trpělivá pro výuku základů. Mnohem víc by mě naplňovala trenérská práce s týmem, který už splňuje kritéria hry v plném rozsahu. Využila bych své zkušenosti s taktikou a strategií hry a samozřejmě bych si ráda užila i hodně legrace, která k softballu patří.“ □

„OCENÍM KLIDNÉ
A NEHEKTICKÉ
POVZBUZOVÁNÍ, ZVÝŠENÝ
HLAS NA MĚ PLATÍ JEN
MÁLOKDY.“



CEV EuroVolley
2021 Men



Poland, Czechia
Estonia, Finland

Děkujeme za podporu



Nezlomná

TEXT: MICHAL JEŽDÍK, PETR JANOUCH

A large, blue, sans-serif font displays the letters 'BA' against a light grey background. In the bottom-left corner, a hand is holding a black smartphone. The phone's screen shows the NBA logo, which features a white silhouette of a basketball player in mid-air, set against a red and white background with the letters 'BA' in blue. The phone is held at an angle, partially overlapping the bottom of the 'BA' letters.

BA

Časopis TIME letos na jaře zveřejnil seznam stovky nejvlivnějších firem a společností, které mají dopad po celé planetě. Mezi ně zařadil i National Basketball Association, a to jako jedinou z amerických profesionálních sportovních lig. Není pochyb, že NBA jako firma, nebo chcete-li jako byznys, urazila od svého vzniku neuvěřitelnou cestu a její (nejen) ekonomický vzestup především v posledních 30 letech je obdivuhodný.



Řecké monstrum Giannis Antetokounmpo, nejlepší hráč 2019 a 2020 a aktuální šampion s Milwaukee Bucks, je symbolem globálního úspěchu NBA

FOTO: PROFIMEDIA.CZ (2x)

Historie NBA sahá až do roku 1946, kdy ještě pod názvem Basketball Association of America působila tři roky, v roce 1949 se spojila s NBL (National Basketball League) a změnila jméno na NBA. Začátky rozhodně nebyly lehké. V BAA bylo nejprve 11 týmů, ale do začátku další sezony liga o čtyři přišla. Z konkurenční NBL špičkové týmy sice naopak přetáhla, a když se s ní spojila, jejich počet vyšplhal dokonce na číslo 17, ale to dlouho nevydrželo a po šesti letech zbylo týmů pouze osm. Ligu od začátku trápily velké finanční potíže, což platilo především pro týmy z bývalé NBL z malých trhů, které se připojily během fúze. Vypadalo to, že NBA nepřežije, a v podstatě ji zachránil Frank Zollner, majitel tehdejšího týmu Fort Wayne Pistons.

To se zdá téměř neuvěřitelné. V lize je nyní 30 týmů a dvanáct z nich má hodnotu přesahující 2 miliardy (!) dolarů. Od roku 2010 zvýšily kluby NBA svou hodnotu šestinásobně. New York Knicks se cení na 5 miliard dolarů, i nejchudší tým (Memphis Grizzlies) má podle odborných odhadů hodnotu přesahující 1,3 miliardy dolarů. A zdá se, že vzestup NBA nedokázal zastavit ani koronavirus a současná nelehká situace. Jak je to vůbec možné?

Komisař Stern

NBA má doma ve Spojených státech pochopitelně obrovskou konkurenci v baseballu (MLB) a fotbalu v americké verzi (NFL). Oproti konkurentům se ale stala skutečně globální ligou a v celosvětovém měřítku je dokázala předstihnout, což seznam časopisu TIME jen potvrzuje. A mužem, doslova vizionářem, který za tím z velké části stojí, je David Stern, bývalý komisař NBA.

Je možné argumentovat, že na obrovském vzestupu NBA v její novodobé historii mají zásluhu především hráčské megahvězdy typu Magika Johnsona, Larryho Birda nebo především Michaela Jordana, které upoutaly miliony fanoušků magicky atraktivní podívanou.



David Stern

Liga tohoto typu je ale skutečně firmou a svým zákazníkům (fanouškům) prodává produkt. A pokud by ho prodávala špatně, dělala špatná rozhodnutí, neměla vizi, nedokázala držet krok s technologiemi a tak dále, sebelepší sportovní výkony by samy o sobě těžko stačily.

Stern, bývalý právník, byl s NBA spojen v podstatě 40 let. Už v roce 1978 ho NBA najala jako poradce, když se předtím úspěšně podílel na důležitých záležitostech, jako byl soudní spor s Oscarem Robertsonem anebo sloučení NBA a ABA v roce 1976. Stern se brzy stal výkonným viceprezidentem ligy a posléze komisařem.

Platový strop

Ještě než byl jmenován do funkce komisaře, pomohl Stern k naprosto zásadní věci, která ovlivnila fungování ligy na desítky let dopředu – k vytvoření platového stropu. Vůbec prvnímu v historii severoamerických profesionálních sportů. V roce 1983 totiž bylo několik týmů stále ve velmi pochmurné finanční situaci a hráči na pokraji stávků.

Platový strop omezil utrácení bohatých klubů z velkých trhů, zajistil konkurenceschopnost všech týmů, a protože byl založen na rozdělování procent příjmů, v podstatě udělal z hráčů partnery

majitelů z hlediska úspěchu nebo neúspěchu ligy jako celku. Pro srovnání: NFL zavedla platový strop až o deset let později a NHL teprve po výluce v roce 2005.

Stern pak 1. února 1984 vystřídal ve funkci ligového komisaře Larryho O'Briena, po němž později pojmenoval trofej pro šampiony. Své působení zahájil v době, kdy byla na vrcholu éra rivality Magic Johnson - Larry Bird, ale NBA stále zdaleka nedokázala své hvězdy dostatečně prodávat.

Stern to pomohl výrazně změnit a transformoval NBA v ligu hvězd, a to prostřednictvím agresivního marketingu největších osobností. První platový strop v roce 1985 činil 3,6 milionu dolarů, což je sotva více než dnešní minimální plat zkušeného hráče. Platový strop pro sezonu 2021-22 bude 112,4 milionu dolarů. Jedná se o částku pro každý klub pouze na platy hráčů.

Platový strop je možné překročit. Pokud k tomu dojde, klub zaplatí lize tzv. daň z luxusu, která se vypočítává podle předem nastavených vzorců. Takto získané peníze následně NBA rozděluje

JAKUB KUDLÁČEK / ŘEDITEL MEZINÁRODNÍHO SKAUTINGU CHARLOTTE HORNETS

Nad draftem nemám kontrolu

„**D**raftová loterie je velmi zvláštní a vzrušující den, který může radikálně ovlivnit nebo změnit budoucnost klubu třeba rovnou na celou další dekádu. Je to den plný paradoxů, protože v loterii nechcete být, což by znamenalo, že jste měli úspěšnou předěšlou sezonu. Ale když už v ní jste, chcete být nejlepší. Ta nejzvláštnější a zároveň asi i nejzajímavější věc na loterii je, že ji nemáte vůbec v rukou a nijak ji nemůžete ovlivnit.

To je v našem sportu nevídané a je to velmi zvláštní pocit, protože jsme všichni zvyklí, že tvrdou prací a dovednostmi jsme schopni výkon družstva a klubu ovlivnit. Já před loterií bývám lehce nervózní asi i právě proto, že nad ní nemám žádnou kontrolu. Vždycky si říkám, že nejdůležitější je si nepohoršit a jakýkoliv posun nahoru je příjemný bonus. Třeba jako před rokem, když se nám poštěstilo a poskočili jsme z osmé na třetí pozici!“



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVA

INZERCE

**ČESKÁ UNIE
KOLEČKOVÝCH
SPORTŮ**

partneři inline hokeje



člen mezinárodní federace





Celtics vs. Lakers a Larry Bird vs. Magic Johnson. Dvě tváře, jejichž rivalita v 80. letech vynesla NBA do jiné dimenze, která gradovala epochálním triumfem na olympiádě v Barceloně 1992

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

do klubů, které své platové stropy nepřekročily, čímž nedochází k tak významnému rozevírání nůžek mezi účastníky soutěže.

Draftová loterie

Dalším zásadním okamžikem, na kterém měl Stern zásadní podíl, bylo zavedení takzvané draftové loterie. Sternův první draft v roli komisaře byl zásadní – do ligy se v roce 1984 chystali Hakeem Olajuwon, Michael Jordan či Charles Barkley a několik klubů se očividně snažilo dostat do co nejvýhodnější pozice, aby mohly hvězdy z univerzit draftovat. Takzvané „tankování“ (v podstatě úmyslné porážky v závěru základní části) bylo v plném proudu.

Stern tušil, že by se tento problém mohl v budoucnosti zhoršit, a rychle

zareagoval. Před jeho zásahem si kluby v draftu vybíraly striktně podle bilance, tedy od nejhoršího po nejlepší, a pouze dva nejslabší týmy si „házely mincí“ o číslo 1. Stern v roce 1985 zavedl loterii, dávající týmům, které nepostoupily do play off, stejnou šanci na volbu prvního hráče draftu. Během jeho působení se systém ještě několikrát pozměnil, ale základní idea úspěšně vydržela dodnes.

Televize

Dnes se to zdá těžko pochopitelné, ale až do poloviny osmdesátých let, kdy byla rivalita Lakers (Magic) a Celtics (Bird) v plném proudu, bylo finále NBA často vysíláno pouze ze záznamu v nočních hodinách. Před příchodem zmiňovaných superhvězd liga prostě nedokázala vygenerovat takový divácký zájem, aby

měla na televizní společnosti dostatečnou páku. Už v devadesátých letech ale finále NBA přilákalo počet diváků srovnatelný dokonce i se Super Bowlem. Pro Sterna byla maximalizace prostoru v televizním vysílání prioritou, ale dlouho byla jediným opravdu úspěšným televizním partnerem NBC. Stern však v roce 2002 získal pro ligu ESPN, ABC a Turner, a i když vždy byly a budou určité výkyvy ve sledovanosti, jeho úsilí udělalo z ligy současný televizní kolos.

Dream Team

Do roku 1992 nesměli hráči NBA soutěžit na olympijských hrách. Ponižující prohra se Sovětským svazem v roce 1988 a touha ligy protlačit se na globální trh všechno změnilo. Stern pomohl sestavit Tým snů, což byla skupina jedenácti velkých hvězd NBA (s nimiž byla v sestavě univerzitní hvězda Christian Laettner), které reprezentovaly USA v Barceloně před zraky celého světa.

Následoval ohromný úspěch. Hra Dream Teamu vyvolala globální basketbalovou mánii a pomohla i samotné NBA. Do té doby byla v jakési samostatné ka-

JIŘÍ WELSCH / DRUHÝ ČECH V NBA

Finále Dream Teamu jsem viděl 200x

Zdá se mi, že Dream Team „Z“ změnil v basketbalu všechno, alespoň pro mě. Svět měl tehdy pocit, že Ameriku dohání, ale Dream Team světu ukázal, jak moc mu ještě chybělo. Finále proti Chorvatsku jsem viděl asi 100x, možná 200x (asi i proto, že v TV tehdy moc jiného basketbalu k vidění nebylo). Pamatoval jsem si všechny akce, jak šly po sobě. Pamatoval jsem si komentáře ke každé akci. Krása a emoce tohoto zápasu se vždy spojily s láskou a vášní k basketbalu, kterou jsem měl v sobě. Pokud je nějaký milník toho, kdy se NBA změnila z lokální americké soutěže na celosvětový fenomén, tak to byl Dream Team v Barceloně '92.“

tegorii a pro naprostou většinu zahraničních hráčů jen nespílitelným snem. Úroveň hry po celém světě se ale díky impulsu od Dream Teamu začala velmi rychle zvyšovat a liga mohla postupně vítat další a další zahraniční hráče, což přineslo i zvýšení její globální popularity a sledovanosti.

Už šest let po Barceloně byl týmem Dallas Mavericks draftován Dirk Nowitzki a doopravdy začala éra cizinců. Liga v současnosti (samozřejmě ne během pandemie covidu) hraje jak exhibiční, tak i normální zápasy základní části na zahraniční půdě. V posledních třech letech byl nejužitečnějším hráčem ligy (MVP) Evropan – dvakrát Řek Giannis Antetokounmpo a letos Srb Nikola Jokič.

Posledním šampionem ligy, jehož korunovací Stern před svou smrtí na začátku roku 2020 viděl, byli Toronto Raptors, tedy klub, který pomohl založit v Kanadě. Globalizace NBA byla jednou ze Sternových vizí od samého začátku a pokračuje i pod vedením jeho bývalé pravé ruky a současného komisaře Adama Silvera, navzdory obtížné pandemické situaci.

Nejdelší výluka historie

NBA zažila pod vedením Sterna čtyři výluky a nejvyhrocenější byla ta, která téměř zlikvidovala celou sezonu 1998-99. V onom bodě umožňoval takzvaný měkký platový strop, zavedený v 80. letech, růst platů hráčů daleko za hranice toho, co bylo zamýšleno. V sezoně 1997-98 šlo do kapes hráčů 57 procent „s basketbalem spojených příjmů,“ zatímco podle kolektivní smlouvy měli dostávat 48 pro-

JIŘÍ WELSCH

Artestův bod zlomu



„Pamatuji si dodnes na večer, kdy se odehrál Malice at the Palace, rvačka hráčů Indiany Pacers a Detroitu Pistons. Přišli jsme v Bostonu po zápase na večeri, sledovali zprávy na ESPN a nevěřili vlastním očím. Jasně, hráči se mezi sebou strkali a prali i předtím, ale tohle bylo něco jiného. Tady někdo (Ron Artest) překročil pomyslnou hranici hřiště, vběhnul do hlediště a začal bít fa-

nouška. To otrásló všemi a NBA především, protože staví svůj sportovní byznys na zážitku pro fanoušky. Byl to bod zlomu ve smyslu trestání těchto situací. Artest dostal trest bez utkání do konce sezony, hráči začali být suspendováni za pouhé vkročení z lavičky do hřiště při začínajících potyčkách a podobně. NBA chtěla dát jasně najevo, že tohle se opakovat nebude.“

cent. Urovnání sporu nakonec vytvořilo škálu platů nováčků, maximální kontrakt a takzvanou Mid-Level Exception.

Vzhůru k ofenzivě

Během 80. a 90. let byla útočná produktivita v NBA velmi nízko a pro velkou část diváků byly zápasy s extrémně nízkým skóre těžko stravitelné. Stern učinil spoustu kroků k tomu, aby skórování a útok podpořil. Tím nejdůležitějším bylo zavedení pravidla o zákazu takzvaného hand-checkingu – každý kontakt rukama byl považován za foul a menší hráči měli konečně mnohem svobodnější pohyb po hřišti.

Není náhodou, že se stal okamžitě dvakrát za sebou ligovým MVP rozehrávač Steve Nash, jehož bleskově útočící Phoenix Suns oslnili ofenzivním stylem.

Předtím získali cenu MVP pouze dva hráči měřící méně než 198 cm, a to byl jedním z nich pořízek Charles Barkley, hrající na podkošové pozici. V dalších 15 letech po Nashovi to dokázali i Derrick Rose, Stephen Curry, Russell Westbrook nebo James Harden. Posun od těžkotónážního stylu k rychlosti, lehkosti, technice, střelbě atd. byl jádrem veškerého pozitivního vývoje NBA během posledních dvou dekád.

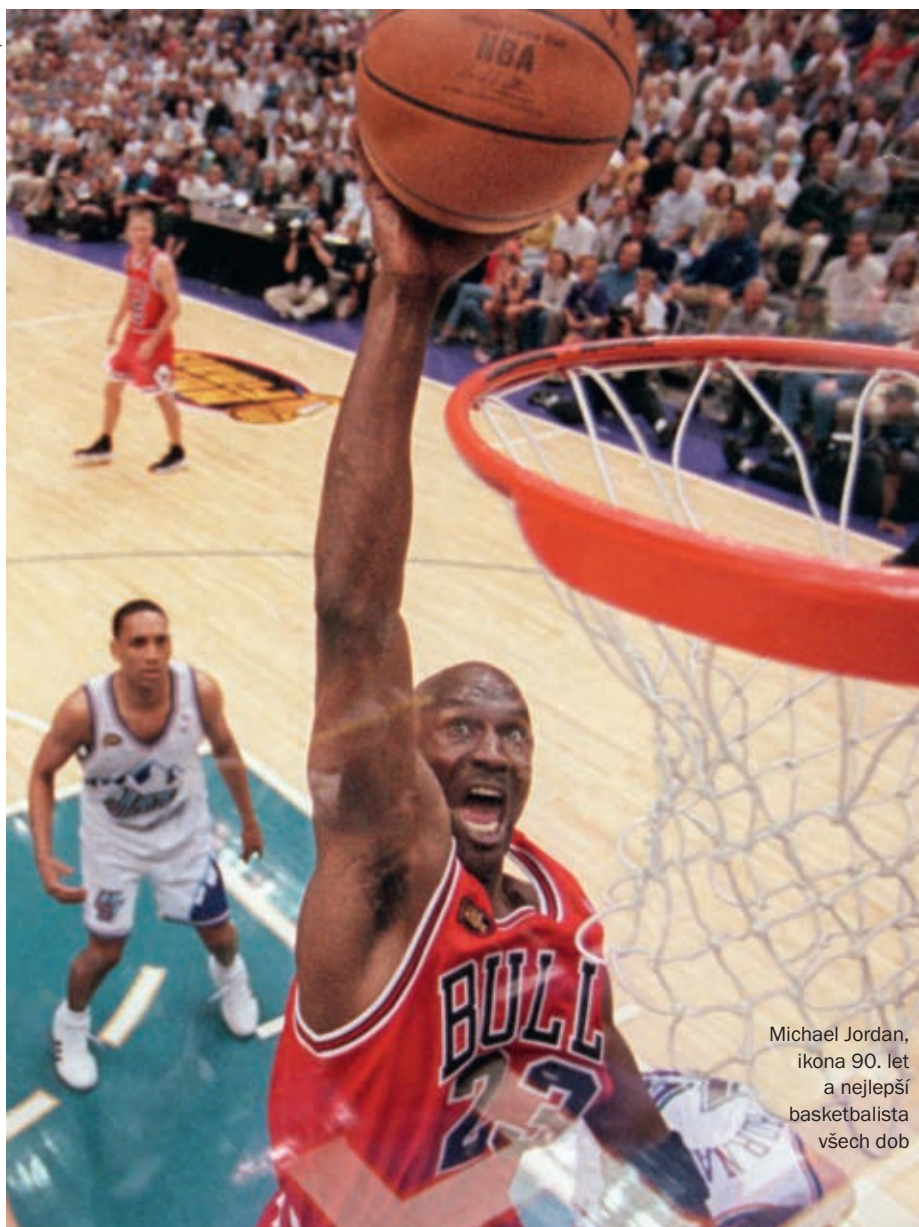
Nepopulární kroky

Stern ale nebyl hráči a fanoušky bezmezně milován a obdivován. Byl znám jako autoritář, který se striktně držel litery zákona a neváhal dělat nepopulární rozhodnutí. Třeba v roce 2005 hráče nenadchl zavedením přísných pravidel ohledně oblečení, protože měl pocit, že liga má problém s image. Po proslulé rvačce Rona Artesta s diváky Detroitu rozdělil extrémně přísné tresty. Velmi důrazně prosazoval povinnost hráčů věnovat se charitě a budování co nejpozitivnějšího obrazu NBA, což možná každému nevonělo, ale přineslo to nepochybné ovoce.

Když navíc Stern 31. ledna 2014 oficiálně předal otěže Adamu Silverovi, umožnil nástupci vzít na sebe roli podstatně vstřícnějšího i populárnějšího lídra, který už měl natolik prošlapanou cestu a natolik nastavená pravidla, že mohl pokračovat v jeho práci s méně konflikty a vyhrocenými situacemi. Sternovo funkční období trvalo přesně 30 let a stal se nejdéle sloužícím komisařem v historii amerických sportů. Navždy bude jednou z nejdůležitějších osobností ligové historie.



Bitku hráčů Indiany s fanoušky v hledišti Detroitu z roku 2004 řešil i civilní soud



Michael Jordan, ikona 90. let a nejlepší basketbalista všech dob

45,8

Tolik milionů dolarů si v nové sezoně NBA vydělá Stephen Curry, hráč s nejvyšší smlouvou.

Silver sehrál důležitou roli při mnoha zásadních úspěších ligy, včetně vyjednávání o třech kolektivních smlouvách s hráčskou asociací, rozvoji ženské WNBA, esportová NBA 2K League) a Africké basketbalové ligy, dále partnerství s Turner Broadcasting ohledně spravování digitálních aktiv NBA nebo vytvoření NBA China.

COVIDOVÁ KRIZE

NBA se obdivuhodně vypořádala s covidovou krizí, a to jen potvrdilo, jak skvěle tato firma funguje. Když bylo vedení ligy v březnu 2020 nuceno přerušit sezonu, zdálo se, že finanční dopad bude extrémní. Liga vygenerovala v ročníku 2018-19 rekordní příjmy 8,8 miliard dolarů (více než dvojnásobek oproti roku 2010), ale nedohrání další sezony by pro ni bylo velmi nepřijemné.

Vedení v čele s komisařem Silverem okamžitě po přerušení začalo pracovat na možných variantách řešení a podařilo se mu fantastickým způsobem zvládnout organizaci takzvané bubliny ve Walt Disney World Resortu v Orlando, kde se dohrála základní část a proběhlo celé play off bez jediného případu pozitivně testovaného hráče či kohokoli jiného.

NBA musela při organizaci této bubliny utratit zhruba 180 milionů dolarů, ale bohatě se jí to vrátilo. Díky 172 zápasům, které tam byly odehrány, se podle informace Sports Business Journal vyhnula ztrátě zhruba 1,5 miliardy dolarů. Většina peněz, které NBA zachránila, byla spojena s televizním vysíláním na celoamerické i lokální úrovni, protože byla schopna splnit existující kontrakty, vázané na odehrání alespoň 72 zápasů základní části a play off. Během televizního vysílání byla také schopna naplnit kontrakty s ligovými sponzory.

Zhruba 40% příjmů ligy je vázáno na příjmy ze vstupného, takže bylo jasné, že ztráty budou i tak citelné. Příjmy za problematickou sezonu 2019-20



Adam Silver

SILVEROVA ÉRA

Stern sázel na železnu pěst a spousta hráčů ho vnímala v pozdní fázi jeho šéfování lize jako nepřítel. Jako někoho, s kým bojovali o kolektivní smlouvu, kdo rozdával disciplinární tresty a kdo je nutil dodržovat dress code. Navíc na rozdíl od dřívějších majitelů klubů, kteří během Sternova působení vydělali obrovské peníze, protože hodnota jejich investic násobně vzrostla, a kteří Sterna bez výhrad poslouchali, ti novější, kteří už kupovali své týmy za úplně jiné ceny a nevydělávali tak hladce, chtěli daleko větší podíl na rozhodování a nebyli Sternovi zdaleka tak oddaní. Silver má odlišný styl, výrazně vstřícnější na všechny strany, a zdá se, že přesně to NBA potřebovala.

nicméně dosáhly zhruba 8 miliard dolarů (přibližně tolik jako za sezonu 2017-18), což je skvělý úspěch.

Technologie

Jedním z důvodů úspěšnosti NBA je, že nejen drží krok s nejmodernějšími technologiemi, ale i v této oblasti je průkopníkem. Tak jako jiné oblasti, i svět sportu výrazně změnil vzestup sociálních médií. NBA šla od začátku v první linii a v současnosti své úsilí ještě vystupňovala.

Podle studie MVPindex NBA zvýšila loni hodnotu své přítomnosti na sociálních médiích o úžasných 132%, a to po poklesu domácího ratingu a významných vpádech do čínských a evropských trhů. Liga vytvořila kumulativní sociální impakt více než 13,7 miliard dolarů, když vygenerovala rekordních 1,1 miliardy dolarů pro své obchodní partnery. Pro srovnání – fotbalová NFL vytěžila během stejného období pro své obchodní partnery „jen“ 343 milionů dolarů.

Sociální média zcela změnila způsob, jakým fanoušci, novináři i sportovci navzájem komunikují. Během zápasů NBA spousta lidí živě tweetuje obsah. Reakce, analýzy a highlighty se dostávají k očím a uším fanoušků rychleji než kdy dříve.

Veřejnost to možná ani příliš neví, ale revolucí bylo zavedení kamer SportVU do všech hal, a to v oblasti analýz a statistik, které jsou pro NBA a její fanoušky zásadní. Hráči už nejsou posuzováni jen podle počtu bodů, doskoků, asistencí atd., je možné vidět (a pracovat s tím), odkud a jak byly body nastříleny, kolik hráč přihrávkami vygeneroval bodů, na jakém procentu úspěšnosti střelby udrží obránce soupeře zpod koše, kolik doskoků bylo pod tlakem jiného hráče a kolik ne, a mnoho, mnoho dalšího.

V NBA už jsou po několik let používány tzv. nositelné technologie, tedy monitory a další zařízení, měřící spoustu různých věcí od pulsu až po pohyb hráčů, které významně změnilo způsob, jakým týmy přistupují ke hře. Mají i zásadní vliv na prevenci a predikování zranění.

Další revolucí byl vznik NBA League Pass, který umožňuje fanouškům kdykoli vidět jakýkoli zápas na jakémkoli místě světa, nebo jen vybrané akce kteréhokoli hráče, a to na mobilním telefonu, na tabletu či na počítači.

Důkazem toho, jak důležité je pro NBA technologický trend udržet, je i nedávné spuštění nové iniciativy NBA Launchpad. Ta bude zajišťovat zdroje, hodnotit a řídit nově vznikající technologie, posunující zásadní basketbalové priority NBA na všech stupních hry. Firmy a podnikatelé předkládají NBA inovace, které se týkají jedné ze čtyř prioritních oblastí: zvyšování zdraví v mládežnickém basketbalu, zvyšování výkonu elitních mladých hráčů, inovování prevence zranění kotníku a zotavování po něm, a pokročilý trénink a vývoj rozhodčích.

Vzhůru do Afriky

Jak už bylo zmíněno, expanze NBA do světa byla vitální součástí jejího úspěchu jako firmy. Po proniknutí na obří trhy do Číny a Indie je dalším zásadním krokem Afrika a vznik Basketball Africa League. NBA už měla Afriku v hledáčku mnoho let, protože si byla dobře vědoma jejího potenciálu, jak ekonomického, tak i z hlediska hráčského talentu. Podle We Forum by měla mít Afrika v roce 2034 největší světovou populaci v produktivním věku, a to asi 1,1 miliardy lidí. Navíc se odhaduje, že spotřebitelé budou v Africe už od roku 2025 utrácet 2 biliony amerických dolarů.

Start BAL nebyl jednoduchý, úvodní sezona musela být odložena kvůli celosvětové pandemii. Letos už se jí podařilo za účasti dvanácti týmů z celého kontinentu úspěšně odehrát. Globální expanze NBA pokračuje...



Tady se hraje Africká liga NBA

JIRÍ ZÍDEK / PRVNÍ ČECH V NBA, VÍTEŽ NCAA (UCLA) A EUROLIGY (ŽALGIRIS KAUNAS)

NBA vždy měla na kom stavět

„V 70. letech nebyla NBA v dobré kondici, staré haly, bitky na hřišti, drogy mimo něj, žádné pokrytí TV apod. Jako zlom ve vyčištění image NBA vidím příchod



Magika Johnsona a Larryho Birda, spolu s přechodem Dr. J (Julius Erving) z ABA. Od té doby, jak jsem pochopil, NBA stoupá neustále výš a výš ve všech ohledech standardně fungující obchodní organizace, která v porovnání s ostatními US ligami udělala skoro vždy správná rozhodnutí. Samozřejmě produktem NBA je basketbal a ten dál posunul celosvětový sportovní a společenský fenomén Michael Jordan a jeho Chicago Bulls, na něj později navázali například Kobe Bryant, LeBron a další. Tedy bylo vždy na čem, na někom stavět. Vyjma identifikace nosných hvězd odvedla NBA skvělou práci v unifikaci TV produkce, spolupráci s kluby ve výstavbě supermoderních hal, relativně velmi nízkém počtu skandálů s hráči. Domnívám se ale, že vše toto stojí na korespondující, neustále stoupající ceně, kterou jsou majitelé franchisů ochotni zaplatit - Joe Tsai 3,3 miliardy dolarů za Brooklyn Nets, Tilman Fertitta 2,2 miliardy dolarů za Houston Rockets. Samozřejmě jsou oba asi i fandové svých týmů, ale takovou investici dozajista neudělali bez podrobné ekonomické analýzy, a předpokládám, že vložený kapitál hodlají zúročit, což by mělo pomoci dalšímu růstu produktu NBA.“



Vzestup NBA

DAVE WOHL / BÝVALÝ HRÁČ, TRENÉR A GM KLUBŮ NBA



Při sledování jakéhokoliv utkání NBA v poslední době je těžko uvěřitelné, že NBA byla v minulosti neokoukatelnou, pomalou a nudnou hrou, která se několi-krát ocitla na hraně existence. Liga letos slaví 74. narozeniny. Během její existence došlo k řadě událostí, které měly dramatický dopad na hru. S odstupem času můžeme konstatovat, že byly významnými faktory vzestupu tzv. „Game Changers“, které dělíme do dvou kategorií. První tvoří ty, které ovlivnily, jak se basketbal hraje na hřišti, díky čemuž byla hra stále atraktivnější pro fanoušky a lepší produkt pro televizi. Druhé jsou události, které se staly mimo hřiště, které se dohodly v jednacích místnostech. Obě kategorie měly trvalý dopad na vývoj a vzestup NBA do podoby hry s globálním zásahem, již sledují fanoušci ve více než 120 zemích světa. O mnoha důležitých momentech jste se dočetli v předchozí části textu od Michala a Petra. Zde jsou ty, které považujeme za důležité ještě zmínit.

Pravidlo 24 vteřin (1954/55)

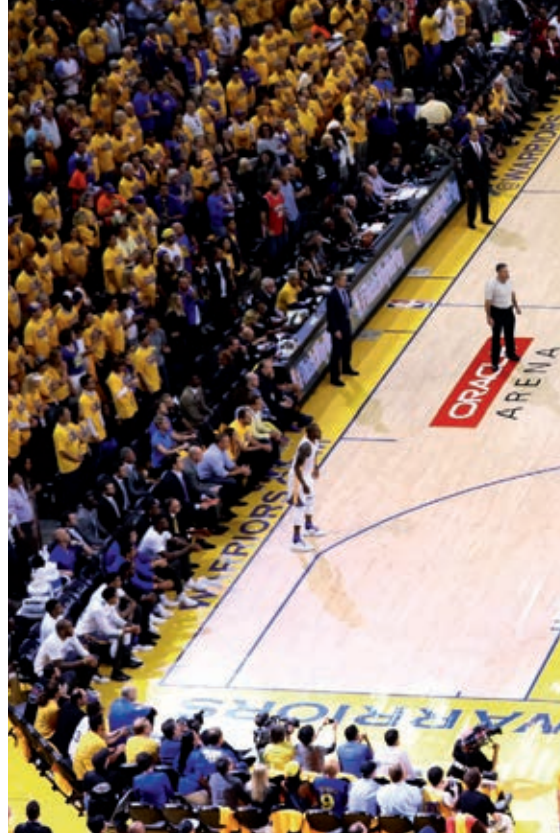
Před zavedením tohoto pravidla pro zakončení vypadala hra jako zpomalený pohyb (slow motion). Nebylo výjimkou, že družstvo, které se dostalo do vedení, drželo míč na obranné polovině nebo se snažilo donutit soupeře, aby při snaze získat míč faulovalo. Ztělesněním této strategie byly konečné výsledky se skóre kolem 20 bodů na obou stranách. Pokud by tomu tak bylo i dnes, hra by nikoho nezajímala, Michael Jordan by vedl ligu s 12 body na utkání a všem by bylo jedno, jakou značku obuvi nebo spodního prádla nosí.

Danny Biasone, tehdejší majitel Syracuse Nationals, byl znechucený tempem hry a tím, co se na hřišti dělo. Chtěl hru zrychlit, a proto přišel s návrhem pravidla 24 vteřin a matematickým vzorcem. Všiml si, že ve většině utkání oba týmy zaznamenají dohromady kolem 120 střel. Poté převedl 48 minut hry na vteřiny, což je 2880. Poté vydělil 2880 vteřin 120 střelami a přišel na 24 (vteřin). Zpo-

čátku se jeho nápad nenesetkal s pozitivní odezvou. Biasone ale vytrval a před sezonou 1954/55 se mu podařilo odpor zlomit a pravidlo bylo přijato. Počet vstřelených bodů vyskočil na 79 na utkání, později na 93 a poté na 107. Souviselo to také se 40% nárůstem návštěvnosti. Podle mého názoru je pravidlo 24 vteřin nejdůležitější změnou v historii ligy. Nebojím se vyslovit myšlenku, že zachránilo NBA.

Tříbodová střelba (1979/80)

Hodnota významu střelby za tři body vzrostla nejvíce s příchodem analytických systémů do NBA počínaje rokem 2007. Dle mého se jedná o druhý nejvlivnější „game changer“, ačkoli bylo pravidlo zavedeno již od sezony 1979/80. Střelba za tři body má zajímavou historii. Byla používána už v ABA, ale když se NBA a ABA spojily, nebylo díky vlivu tradičních vlastníků klubů NBA toto pravidlo přijato. Trvalo tři roky, než získalo potřebnou podporu. Zkuste si představit Stephu Curryho, Damiana Lillarda a další elitní hráče NBA bez možnosti zakončovat z tříbodového prostoru. Trenéři NBA však na začátku opravdu nevěděli, jak se k tomuto pravidlu postavit. Obvykle si možnost zakončení za tři body schovávali až do samého konce utkání, kdy vystřídali a z lavičky poslali na hřiště hráče, jenž byl schopen z této vzdálenosti zakončovat. Například ve dvou neuvěřitelných finálových sériích v letech 1984 a 1985 mezi Lakers a Celtics znamenaly oba týmy průměrně pouze tři úspěšné tříbodové pokusy v sedmi utkáních - střelba za tři body nebyla považována za skutečnou zbraň. V prvním ročníku platnosti tohoto pravidla v období 1979/80 hráči zaznamenali průměrně pouze 2,8 trojky na zápas a ve všech utkáních bylo vystřeleno necelých 5000 trojek! Rychlý posun vpřed nastal v minulé sezoně, v níž každý tým odehrál pouze 72 utkání. Pokud přepočítáme střelbu za tři body na 82 utkání, celá liga by zaznamenala více než 85 000 pokusů!



„STŘELBA ZA TŘI BODY PŘINÁŠÍ VÍCE VZRUŠENÍ. JEDINOU OTÁZKOU JE, ZDA V NEJBLIŽŠÍCH PĚTI LETECH PŘIJDE STŘELBA ZA 4 BODY?“

Je těžké si představit NBA bez tříbodového oblouku a toho, jakou zbraní střelba za tři body je. Funguje dobře při rychlém přechodu na útočnou polovinu i v postupném útoku do postavené obrany. Týmy to brzo pochopily a soupisky zaplňují co největším počtem střelců za tři body, včetně vysokých podkošových hráčů. Navíc se střelba za tři body stala oblíbenou u fanoušků a diváků, přináší hře více vzrušení. Ačkoli se tříbodový oblouk stal nedílnou součástí NBA později, je tady a je velmi důležitý. Jedinou otázkou je, zda v nejbližších pěti letech přijde střelba za 4 body, nebo ne?

Konec „hand checking“ – nedovolená kontrola soupeře rukou

Mnohým se to může zdát jako nepříliš důležité. Ale dokud NBA poprvé v sezoně 1978/79 nezavedla toto omezení, byla snaha o získání míče často bitvou mezi driblujícím a jeho obráncem, jenž mohl používat ruce tak, aby útočníka



Odkud by střílel Stephen Curry své dalekonosné pokusy, kdyby v roce 1979 nebylo zavedeno pravidlo o třibodových koších?

zpomalil. Přidržování a postrkávání bylo akceptováno. Liga se každoročně snažila najít rovnováhu mezi útokem a obranou, ale úplně se jí to nedařilo. Zlom nastal v 90. letech, kdy New York Knicks a Detroit Pistons dovedli koncept obranné fyzičnosti do extrému a ostatní týmy byly nuceny jít směrem zaměřením na obranu také. V letech 1989-90 existovaly pouze tři týmy, které neměly průměr více než 100 bodů na zápas, nejlepší tým Denver střílel průměrně 119 bodů. V letech 1995-96 sázel tento špičkový tým pouze 105 bodů na zápas a 16 týmů mělo průměr pod 100 bodů. Fanoušci ubývali, protože hra se vyvinula do podoby soubojů gladiátorů jeden na jednoho v blízkosti koše. Často rozhodovaly váha a síla. Obrana byla o tom, jak zastavit soupeře tvrdým faulem nebo přetlačit. Nedocházelo k téměř žádnému, natož rychlému pohybu míče. Krása hry zmizela a byla nahrazena hrubou silou a fyzičností.

NBA se nakonec rozhodla, že basketbal je a bude hra postavená na rychlosti, ladinosti, rovnováze mezi obranou a útokem a kreativitě, nikoliv na strkání, držení, tvrdých faulech a jiných formách fyzického

zastrašování. NBA změnila pravidla, aby hru otevřela pro rychlý přechod na útočnou polovinu a umožnila klubům se více zaměřit na útok, čímž získala na popularitě. Vedení NBA si uvědomilo, že veřejnost chce zábavu, ne bitky, a že utkání, které končí výsledkem 125:120, je zábavnější než to, které skončilo 85:80.

Kauza Oscar Robertson (1970)

Jedná se o nejdůležitější soudní spor mezi majiteli klubů a hráči. Majitelé bojovali zuby nehty. Ačkoli soudní žalobu podal pouze Oscar Robertson, kauza se týkala všech hráčů. Každý měl do té doby ve smlouvě klauzuli „opce“, která ho v podstatě navždy spojovala s jeho týmem. Robertsonova stížnost byla podána k soudu v roce 1970, rozhodnutí padlo v roce 1976 v jeho prospěch. Hráči tím získali možnost přestupovat po skončení kontraktu do jiných týmů, stali se tzv. volnými agenty. Změna lize zaručila větší pohyb na hráčském trhu (i podle výběru a přání hráče samotného), fanouškům spekulovat o vysněném hráči v dresu týmu, kterému fandí, a kluby přinutilo, aby se o své hráče více a lépe staraly.

Za 45 let od této kauzy se několikanásobně zvýšily příjmy hráčů a platové stropy na jejich odměny. Například Steph Curry vydělá 50 milionů dolarů ročně na novém prodloužení smlouvy, což si řada majitelů klubů v 70. letech nedokázala představit ani v nejhorších nočních můrách. Díky tomuto pravidlu dochází před každou sezonou NBA k mnoha neočekávaným přesunům, jež ligu osvěžují, dělají zajímavější pro diváky, sponzory a všechny, kdo ji sledují. Jednou z nejzajímavějších věcí, která se stala poté, co bylo pravidlo volných agentů uvedeno v platnost, bylo, že v prvních letech byl tým, který ztratil volného agenta, kompenzován, obvykle lepším místem v draftové loterii. Tuto kompenzaci získal tým Los Angeles Lakers od Utah Jazz a díky tomu v roce 1979 vybral Ervina „Magika“ Johnsona z prvního místa draftu. Každý ví, že tímto výběrem začala éra Lakers, která vyústila v pět triumfů v 80. letech. Představte si, že by se tehdy přesun Gaila Goodriche do Jazz neuskutečnil. Historie Lakers by byla jiná.

Změna pravidla nedovolené obrany (2000)

V letech 1981-82 NBA implementovala nová omezující pravidla pro nedovolené bránění, která měla za následek zpomalení hry a také to, že se týmy NBA téměř zcela spoléhaly na hru jeden na jednoho v blízkosti koše. Výsledkem byly souboje dvou hráčů ve stylu sumo, jež často končily faulem. Obranná pravidla byla komplikovaná, těžko pochopitelná pro hráče i fanoušky. Výsledkem byl pokles skóre a menší zájem diváků v 90. letech. Liga si uvědomila, že musí provést změny. Těsně před rokem 2000 vypustila téměř všechna obranná pravidla kromě obranných tří vteřin. Obrana mohla být pestřejší a aktivnější. Tato skutečnost přinutila útočníky být kreativnější, přidat více pohybu bez míče, více předávání míče a driblingu v pohybu. Toto pravidlo bylo předchůdcem současného moderního basketbalu založeném na využití pohybu hráče bez míče, clony pro hráče s míčem, třibodové střelbě, rozmístění hráčů. To vše vede k maximalizaci potenciálu špičkových hráčů. □

INZERCE

SPORTOVNÍ INSPIRACI NAJDEŠ NA

SPORT V OKOLÍ.CZ



NEJVĚTŠÍ
DATABÁZE
KLUBŮ A AKCÍ

MANCHESTER

Které tři nejdůležitější věci řeknete nově přichozímu hráči?

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

UNITED

LOVE STRETFORD END MUF

WE'VE WON IT ALL

RADIM RULÍK

lední hokej, trenér extraligového klubu BK Mladá Boleslav



„Hráč je seznámen: **1.** Jaká role v týmu je pro něj připravena, aby mohl maximálně využít své přednosti.

2. Hlavní taktické zásady naší hry.
3. Trénink probíhá v maximální intenzitě: jak trénuješ, tak hraješ.“

JOHN OWENS

fotbal, bývalý trenér mládeže FC Liverpool, momentálně hlavní trenér World Soccer USA



„**1.** Na svou roli se plně soustředí, svou výkonnostní úroveň rozvíjí skrz tréninkové procesy

každý den.

2. S lidmi v týmu i mimo něj komunikují přátelsky.
3. Drží se principu fair play nejen v herních situacích, ale také ve svém životě.“

KIM HUGHES

basketbal, bývalý hráč a trenér NBA



„Trénuji v zápasovém tempu (rychlost hry). Zkus se každý den trochu zlepšit. Když mineš střelu,

zapomeň na to a soustřeď se na další, protože to je jediná věc, kterou můžeš ovládat.“

JIŘÍ MAŠÍK

hokejbal, trenér mužské reprezentace a HBC Pardubice



„**1.** Očekávám týmové chování na hřišti, v kabině i mimo stadion. Hodně pracuji

na týmovém pojetí.

2. Chci vidět touhu a snahu zlepšovat se. Přidávat si před i po tréninku, pracovat na nedostatcích. Přemýšlet o tom.
3. Zdravé sebevědomí, hlavně u mladých hráčů. Je mi jedno, jestli je hráči 19 nebo 32, ale chci výkon s hlavou nahoře a nebát se na sebe vzít odpovědnost.“

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

PŘEMYSL PANUŠKA

veslování, metodik ČVS, dříve 15 let na pozici hlavního trenéra reprezentace ČR a 4 roky Německa



„Začnu tím, že představím cíle a možnosti tréninkové skupiny, týmu (silné i slabé stránky).

Zjišťuji představy, míru odhodlání v tréninkové píli, osobnostní rysy a možná i aktuální psychický stav sportovce (výkonnostní parametry patrně znám...). Ale zejména jasně vyslovím zásadní pravidlo, které v naší skupině platí - úspěch je založen na dlouhodobé, systematické práci, na schopnosti cílevědomě jít za vytčenou metou.“

JAN DRÁBEK

baseball, trenér kategorie U8 a U15 Eagles Praha, bývalý trenér reprezentace U12 a U15



„1. Baseball je týmový sport zaměřený na všestrannost a komplexnost, ale také na individuální přístup

každého hráče v týmu.

2. Pro to, aby byl hráč (nebo hráčka) v baseballu úspěšný, je důležité mít sám zájem se zlepšovat a mít energii tento sport dělat.

3. Baseball je sport specifický v potřebě rychlého rozhodování, které hráč uplatní jak ve sportu, tak v životě.“

DANIELA VIKTORÝNOVÁ

softball, hlavní trenérka reprezentace U15



„1. Vybral/a sis komplexní a zajímavý sport, který je sice týmovou hrou, ale je založený

na individuálních dovednostech. Je to skvělý sport bez kompromisů.

2. V útoku se snažíš tvrdě odpálit míč, který ti nadhodí nadhazovač soupeře. Odpalování se trénuje v mnoha opakováních, stejně jako třeba tenisové údery, střely na koš nebo na branku, a musí se dobře zautomatizovat.

3. V obraně je důležité naučit se míč sledovat, chytit do rukavice a umět hodit rychle a přesně. Naučíš se být součástí hry a bleskově se rozhodovat, kam míč odehrát. Softballové umění rychle se rozhodnout se ti bude hodit i v životě.“



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

KAROLÍNA KRÍŽENECKÁ

pozemní hokej, hlavní trenérka žen Slavie Praha, reprezentace U16 chlapců a dívek, ředitelka korporátní komunikace ING



„Myslím, že se to nedá úplně generalizovat, protože záleží na tom, zda hráč/ka přichází do týmu přirozeně postupem z nižší kategorie, nebo

například přestupem z jiného týmu. Rozhoduje samozřejmě i herní úroveň. Ale rezonují mi tyto tři výroky:

1. V procesu učení nejde o soutěž s ostatními, zaměř se sám/sama na sebe.
2. Nechtěj být stejný/stejná jako někdo jiný (tvůj vzor). Buď sám/sama sebou a hýčkej si své silné stránky.
3. Neboj se mi jako trenérce dát zpětnou vazbu.“

JOAN LEZAUD

squash, hlavní trenér Squashclubu Strahov



„Z juniora k profesionáloví: Vytvoř si svoji ‚strukturu‘, sestav si svůj tým (trenéři,

sparingpartnery, fyziology...).

Buď trpělivý, výsledky a konzistence se časem dostaví, buduješ svoji vlastní kariéru, je důležité pochopit, že je to dlouhodobý proces.

Sleduj nejlepší hráče, pokus se vzít si z nich příklad a čerpej zkušenosti, mluv s nimi a vyměňuj si s nimi know how, ale měj pouze jednoho, dva hráče jako svůj idol nebo vysněného hráče.“

PETR NOVOTNÝ

florbal, hlavní trenér Mladá Boleslav a reprezentace U16



„1. Buď trpělivý, nespěchej na sebe. Jsi v novém prostředí, adaptace na spoluhráče a styl hry bude určitě chvíli trvat.

2. Buďme k sobě naprosto upřímní, jen tak naše spolupráce může být pro oba naplňující a máš šanci na rychlý progres.

3. Jen zdravý hráč má šanci být úspěšný, snaž se co nejlépe vnímat své tělo a vzdělávej se v oblasti fyzioterapie, regenerace, kompenzace. My tě budeme v tomto ohledu velmi podporovat.“

ZDENĚK HANÍK

volejbal, bývalý trenér reprezentací ČR a Rakouska, místopředseda ČOV



„Protože jsem byl mj. trenérem národáku (rakouského a českého), první na řadě byla moje otázka: Chceš hrát za národák? Očekával jsem pouze odpověď ano či ne. A pokud přišla jiná, například ‚ano, ale...‘, bylo to pro mě často totéž jako NE.

Zadruhé, ať už v národáku či klubu jsem se snažil hráči vysvětlit, proč jsem si ho vybral, a sledoval jsem jeho reakci.

Zatřetí jsem mu sdělil, v jaké roli ho v týmu vidím. A velmi bedlivě jsem se zeptal, zda té roli rozumí, a hlavně zda ji přijímá. Nejednou se stalo, že hráč formálně roli přijal, ale vývoj ukázal, že své roli nerozumí nebo nechce rozumět. To byl pak často bod sporu a někdy i důvod rozchodu. Když je totiž hráč ztotožněn se svou rolí, má trenér o problém méně.“



NOVÁ VZDĚLÁVACÍ SÉRIE

Pohybová příprava dětí s Filipem Raptopulem



TÉMATA SÉRIE:

1. Spontánní pohyb
2. Programming
3. Ranná specializace
4. Výzvy
5. Rutiny a rituály
6. Domácí trénink
7. Síla
8. Rychlost
9. Koordinace
10. Vytrvalost

+ baterie 34 videí s jednotlivými cviky



**POHYBOVÁ
PŘÍPRAVA DĚTÍ**

Sledujte na pojdrathokej.cz

Generální partner:



Partner správné výživy:



Partneři:





Nejvíc záleží na prostředí

Dvakrát za sebou byl u historického momentu českého florbalu. S juniory ovládl světový šampionát. Nejdříve jako asistent, nedávno v pozici hlavního kouče. **JAROSLAV BERKA**, jenž zároveň působí jako sportovní ředitel ve Spartě, je progresivní a přemýšlivý trenér, který se nechává inspirovat i sledováním fronty na poště. „Ze všeho se snažím si vzít rozvojovou zkušenost,“ tvrdí.

TEXT: ZDENĚK JANDA



FOTO: FLORBAL.CZ (2x)



Proč jsem se stal trenérem?

„Florbal jsem hrál a už v průběhu hráčské kariéry mě bavilo o hře jako takové přemýšlet, což přirozeně vedlo již v průběhu hraní k tomu stát se trenérem. V počátcích mě bavilo u mládeže především předávat zkušenosti a snažit se hráče rozvíjet florbalově. Postupem času to šlo do větší hloubky, snaha maximálně rozvinout potenciál ve všech ohledech sportovního výkonu a zároveň zachovat unikátnost každého jednotlivce.“

Moje nejsilnější vlastnost?

„Sebereflexe a důslednost. Zní to možná až divně, ale často se mi stane, že si i z běžných či dokonce bizarních osobních zážitků odnáším rozvojovou zkušenost. Někdy se inspiroju při sledování fronty na poště nebo při čekání u pokladny v supermarketu. O věcech hodně přemýšlím a snažím se hledat důvody, které vedou k tomu, že někdo něco řekl či udělal. Je to nekonečný běh, snaha koukat na svět otevřenými očima a vnímat, rozumět věcem okolo sebe a neustále se posouvat.“

Co na mě mělo největší vliv?

„Největší vliv na mě měli lidé, kteří mi nedali nic zadarmo. Bavili se se mnou, ale nechali věci na mně, a já tak musel hledat svou cestu. Bylo jich v mém životě několik, ale vždy mě to posunulo. Florbalově to určitě byli trenéři, se kterými jsem spolupracoval, ať už jako hráč či trenér. Měl jsem na to ohromné štěstí, ale až s velkým odstupem času jsem to dokázal ocenit. A musím také uznat, že mě v mnohém inspirovali a inspirují trenérští kolegové-soupeři. Baví mě snaha porozumět jejich práci a jejich způsobům myšlení, to je nekonečný zdroj inspirace.“

Moje trenérská filozofie?

„Jsem vnitřně přesvědčen, že primárně záleží na prostředí, ve kterém se člověk - nebo v případě sportu hráč - bude pohybovat. A to prostředí má nějaká specifika, nějaká zákonitosti. To je pro mě zdaleka nejvíc. Tím pádem, abych odpověděl na otázku, moje trenérská filozofie spočívá v tom, že se snažím nastavit a podporovat vznik takového prostředí, které mi umožní rozvíjet



JAROSLAV BERKA

Narozen: 15. 9. 1987

Profese: florbalový trenér

Pozice: hlavní trenér juniorské reprezentace ČR, sportovní ředitel AC Sparta Praha florbal

Hráčská kariéra: Torpédo Havířov (1999-2008), AC Sparta Praha (2008-13)
Největší úspěch: vicemistr superligy (tehdy Fortuna extraliga, 2007)

Trenérská kariéra: hlavní trenér AC Sparta Praha (2013-17), asistent u juniorské reprezentace ČR (205-19), hlavní trenér u juniorské reprezentace ČR (2019-?)

Největší úspěch: 2x zlato na juniorském MS (asistent 2019, hlavní trenér 2021)

potenciál hráčů směrem, který považuji za důležitý. Nejsem trenér, který si o sobě myslí, že svému sportu rozumí nejlépe na světě. Pečlivě se snažím okolo sebe nastavit takové prostředí, které umožní hráčům se maximálně rozvíjet.“

• • •

Jakými hodnotami se řídím jako kouč?

„Důvěra v lidi okolo sebe, ať už se jedná o realizační tým (spolupracovníky) či hráče samotné.“

Upřímnost: říkat věci tak, jak jsou, mi umožní se soustředit na detaily okolo, nemusím a nechci spekulovat, jak kdo svá slova myslel. Jednoduchost: postupem času jsem dospěl k názoru, že mnohdy je klíčové umět pojmenovat složité věci jednoduše. Být konzistentní. Důsledný, ale v principu jednoduchý.“

Nejlepší rada, kterou jsem kdy dostal?

„Ty největší věci člověk nezvládne sám, ale může pomáhat lidem okolo sebe, aby toho dosáhli společně. Tuhle radu jsem

2

Dva tituly mistrů světa dobyli čeští florbaloří. Před dvěma lety v Kanadě rozdrtili ve finále Švédy 8:2, letos v Brně gólem 99 vteřin před koncem přemohli Finy 4:3.



dostal již poměrně dávno, ale velmi mě ovlivnila.“

Co se mi opravdu povedlo?

„Zásadní jsou věci v osobním životě. V tom pracovním pozitivně hodnotím především to, že se každým dnem a týdnem neustále posouvám, že vnímám stále téměř nekonečný prostor ke zlepšení a že mě to neustále baví.“

Co dělám, když cítím, že za mnou tým nestojí?

„V tom případě bych nejspíše uvažoval o tom, že by měl tým vést někdo jiný. Pokud jsou narušeny elementární vztahy, nemá smysl se snažit budovat cokoliv dalšího.“

Do jaké míry rozlišuji v přístupu mezi starým a mladým hráčem?

„Rozhoduje výkonnost a přínos pro tým, tyto věci se nedají obecně paušalizovat. Časem jsem začal téměř vyhledávat složité typy hráčů, snažil se je pochopit, porozumět jim, dokázat jim najít správnou roli a nechat jejich specifičnost →

INZERCE

VYCHÁZÍ

Manuál pro trenéry, rodiče a děti

NAJDETE V NĚM

Desatero Fair Play

Zelenou kartu RESPECT

Témata od Linky bezpečí -

- Jak pomoci dětem, které něco trápí

MYŠLENKU MANUÁLU PODPORUJÍ:



V ELEKTRONICKÉ PODOBĚ KE STAŽENÍ NA WWW.FOTBAL.CZ

□ HLAS TRENÉRA

naplno projevít. Tohle je pro mě umění velkých trenérů, protože nepracovat s hráči a schovat se za to, že jsou komplikovaní či dokonce špatní, je příliš jednoduché.“

Kdy jsem si nejméně naběhnul?

„Nevím.“ (úsměv)

Stává se mi někdy, že si vůbec nevím rady?

„Uvědomuji si, že daná cesta nemusí být někdy nejvhodnější, což automaticky vede k tomu, že začnu usilovně hledat a plánovat jiná řešení. Samotný proces toho vyhodnocování a přemýšlení nad jinými možnostmi mě absolutně pohltí, takže nemám prostor mít pocit, že si nevím rady.“

• • •

Můj trenérský rituál?

„Před zápasem si v hlavě projdu nejpravděpodobnější a zároveň ty nejméně pravděpodobné scénáře. Základní úvahy. Už několikrát mi to poté dost zjednodušilo uvažování.“ (úsměv)

Potřebuje trenér víc vzdělání, nebo životní rozhled?

„Vnímám to tak, že vzdělání mi dává možnosti, jak některé věci pozorovat či co vlastně sledovat. Životní zkušenosti jsou hodně o tom, jakým způsobem potom člověk s tím, co má v sobě, dokáže pracovat. A jak to dokáže předávat lidem okolo sebe. Mít ty informace nebo know-how zdaleka neznamená schopnost to kvalitně předat, takže pokud bych si musel vybrat, bral bych ideálně trenéra s přirozenou schopností věci uchopit



správně, s chutí se učit novým věcem.“ (úsměv)

Věřím na vyšší síly, nebo zásadně především sobě?

„Nevěřím na náhody. Věřím na poctivou a detailní přípravu. Věřím na to, že pokud si někdo něco odpracoval kvalitně, tak to na hřišti bude vidět. Ty věci se poté dějí tak nějak automaticky.“

Čím se trenérsky vzdělávám nebo inspiřuju?

„V posledních letech jsem nabytl pocit, že mě trenérsky nejvíce inspiřují jiné sporty.

Baví mě sledovat fotbal, basketbal či futsal. Vnímám mikrosituace, ať už v týmových či individuálních sportech, a přemýšlím, jestli a případně jakým způsobem se dají aplikovat ve florbale. Dále mám rád vnímat náš sport z jiných perspektiv, takže se rád ptám či absolvuji různé stáže a semináře.“

U čeho si nejlíp odpočínáš?

„Odpočínáš si s rodinou a přáteli. Nebo při delším běhu.“

• • •

Láká mě po trenérských úspěších v juniorských kategoriích posun k áčkové reprezentaci?

„Áčková reprezentace je částečně politikum ovlivněno mnoha faktory. Když jsem z pozice asistenta trenéra po Jirkovi Jakoubkovi přebíral juniorský tým před domácím mistrovstvím světa s nálepkou obhájců zlata, kteří zlato zároveň vyhráli poprvé v historii, vnímal jsem to jako obrovskou příležitost a výzvu. Lákala by mě práce na nejvyšší úrovni, být součástí toho nejvyššího, co náš sport přináší. Má to ovšem řadu překážek, které v současnosti brání nastavit takové prostředí a které vnímám jako nutné k tomu, aby byl vůbec předpoklad vykonávat tuto práci úspěšně.“





INZERCE

„BAVÍ MĚ SLEDOVAT FOTBAL, BASKETBAL ČI FUTSAL. VNÍMÁM MIKROSITUACE, AŽ UŽ V TÝMOVÝCH ČI INDIVIDUÁLNÍCH SPORTECH, A PŘEMÝŠLÍM, JESTLI A PŘÍPADNĚ JAK SE DAJÍ APLIKOVAT VE FLORBALE.“

Čím to, že junioři dokážou dvakrát po sobě na MS porazit elitní soupeře ze Švédska a Finska, ale v seniorské kategorii se to nedaří?

„Juniorský florbal na mezinárodní úrovni má svá specifika. Laťka mezinárodního levelu v seniorských kategoriích je nastavena opravdu vysoko a není úplně jednoduché si představit, co to vlastně znamená mít reálnou šanci hrát o titul. Druhou věcí je nastavit takovou cestu, která k tomu v našich podmínkách může vést – nejspíš by to znamenalo velkou řadu změn, koncepčních a také bolestivých v jednotlivých oblastech. A v obou těchto zmíněných tématech dle mého názoru tak trochu tápeme. A to

nejen florbal, ale většina kolektivních sportů v Česku.“

Věnuju se i mládeži ve Spartě, čím mě to naplňuje?

„Zcela upřímně: trénování dětí a mládeže mě naplňuje zcela jiným způsobem než trénování dospělých. Je to čirá radost, spousta pozitivní energie na jednom místě. Byla a je to jedna z mých podmínek: chtěl jsem si zachovat kontakt s trénováním dětí. Nechci sedět v kanceláři a jenom chodit koukat na zápasy A-týmu. Je pro mě podstatné, aby každý v klubu byl nějakým způsobem spjatý s výchovou dětí a mládeže, protože v tom vidím smysl.“

□



CZECH
BALL HOCKEY
TEAM

**Najdi si svůj
nejbližší klub na webu
www.cmshb.cz**

f [cesky.hokejbal](https://www.facebook.com/cesky.hokejbal)

ig [hokejbal](https://www.instagram.com/hokejbal)

globe hokejbal.cz

beko

*Hrdý partner
hokejbalu*

www.bekocr.cz

Zážitkové učení na vzestupu

Počet elitních klubů a federací, které navrhují, rozvíjejí a přesouvají se do nových tréninkových zařízení, stále roste. O tom se ví a píše. O čem se mluví a píše méně, je zaměření se na zážitkové učení elitních sportovců.

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

Zážitkové učení na rozdíl od nových tréninkových center není tak finančně nákladné. Ekonomické podmínky jsou bezesporu základním stavebním kamenem každé sportovní organizace. Ruku v ruce s nimi jdou nastavené hodnoty a jejich každodenní respektování. Ukazuje se, že jedním ze způsobů vytváření nových hodnot je změna vnímání. Glenn Hunter, hlavní trenér sportovního výzkumu a inovací v Anglickém institutu sportu, říká: „Změnou vnímání změníte to, jak vám věci připadají, změníte jejich význam, jak si jich vážíte, a proto budete jednat jinak.“

Jak může sportovní prostředí zaměřené na excelenci ovlivnit chování a jak mohou trenéři a sportovní manažeři vytvářet smysluplné zážitky přecházející ve zkušenosti v kontextu učení a výkonu? Hunter nabízí tři klíčové úvahy: připomíná, že zážitky se mohou transformovat do zkušeností, že logika a emoce jdou ruku v ruce a že chaotický humbuk není náhražkou autentického zážitku.

První zásadou zážitkového učení je, že rozvoj sportovce nevychází z možnosti sportovců učit se v náročném prostředí, ale vychází z možnosti sportovců učit se v náročném, ale kontrolovaném prostředí. Navrhuje vyvolat u sportovců určitý pocit nejistoty – jen tolik, aby mohli mluvit o svém učení a rozvoji. To se ukazuje jako nejtěžší. Mnohem složitější to je ve sportovních hrách, kde pracujeme s větším počtem sportovců v jedné skupině a každý je v podstatě originálem.

„Jako lidské bytosti se projevujeme různými typy chování, avšak jedna věc, která nás všechny spojuje, je naše touha po jistotě,“ říká Hunter. „Je ironií, že nejživější jsme v situacích, kdy si nejsme jisti, a to je pravděpodobně evoluční.“

Trenéři se musí na stimulování této nejistoty podílet. I proto si musí položit otázku, jak můžeme dosáhnout zážitků, jež se budou moci transformovat do zkušeností a zároveň budou dávat smysl z pohledu výkonu v utkání nebo soutěži. To neznamená, že musí být nutně šťastné a radostné, mohou to být chyby a selhání. Smysluplné okamžiky jsou věci, které vás posouvají, díky nimž jste tím, kým jste, jimiž se učíte a díky nimž jste lepší, ačkoliv v ten moment tyto zážitky nemusí být zrovna skvělé.

Když se podíváme na vytváření zážitků, mají jednu věc společnou: jsou transformační, ve smyslu přeměny ze zážitku do zkušenosti. Další důležitým slovem, se kterým se ve sportovním prostředí potkáváme, je adaptace. Hunter k tomu dodává: „Zkušenosti transformují lidi a umožňují nám si něco osvojit. Zkušenosti transformují lidi a umožňují nám se přizpůsobit.“

Nebezpečí adaptace ale spočívá v tom, že v životě se věci začnou stávat obyčejnými, a ve sportovním prostředí je to pro nás oranžové světlo na semaforu, které nám říká, abychom vystoupili z komfortní zóny a ztížili podmínky v přípravě. Pokud to přijmeme za své, musíme počítat s tím, že sportovci a týmy v procesu adaptace na nové podmínky selžou.



MICHAL JEŽDÍK

- Vedoucí sportovně 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.



„NEBEZPEČÍ ADAPTACE SPOČÍVÁ V TOM, ŽE V ŽIVOTĚ SE VĚCI ZAČNOU STÁVAT OBYČEJNÝMI, A VE SPORTU JE TO PRO NÁS ORANŽOVÉ SVĚTLO NA SEMAFORU, KTERÉ NÁM ŘÍKÁ, ABYCHOM VYSTOUPILI Z KOMFORTNÍ ZÓNY A ZTÍŽILI PODMÍNKY V PŘÍPRAVĚ.“

Úkolem trenérů je navrhovat taková cvičení, v nichž je selhání možné. To znamená, že sportovec musí sám přijít na správné řešení a na této cestě může chybovat. V neposlední řadě musíme odlišit selhání od strachu, protože selhání, i když ho vnímáme jako negativní věc, vytváří zkušenost, díky níž se rychle učíme. Pokud zvolíme tento přístup v práci s mladými sportovci, musíme jim dát najevo, že nám na nich záleží, všimnout si jich, často jim dávat zpětnou vazbu a dát jim příležitost na ni reagovat. Pečlivě vnímejte jejich pocity a názory, mějte pro ně porozumění a dejte jim to najevo.

Velmi často se setkáváme s názorem, že reakce trenérů založená na tvrdých datech vylučuje zapojení emocí na straně trenéra. Osobně jsem přesvědčen, že můžeme sledovat data, která nás dovedou zpět k emocím, jež situaci doprovázely. Zkušenost, již získáte prostřednictvím věcí, které děláte, vytváří pocit ujištění a důvěry v proces vedoucí k cíli. To je ta největší hodnota.

Na závěr bych chtěl zmínit, že důležitým faktorem trenérské práce je autentičnost, která je ústředním bodem tréninkové zkušenosti. Pokud příliš často trenéři volí formu tréninku v tzv. „Hollywood stylu“, je to opravdový problém. Pokud je příliš mnoho povyku pro nic a my si to zaměňujeme za zkušenost, nefunguje to. Když připravujeme zážitky, navrhujeme je pro jiné lidi, než jsme my, a proto musíme vědět, čeho si vážící, jaké jsou jejich hodnoty, co má pro ně smysl a jak můžeme přispět k jejich zlepšení. Není to jednoduché, ale stojí za to se o to pokusit. □

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Medaile byla čirá radost

Byla to velká symfonie a pro mě nevědní a nově objevený zážitek. Viděl jsem v Tokiu poprvé na vlastní oči střeleckou disciplínu trap a s tím skvělý triumf českých střelců Jiřího Liptáka a Davida Kosteckého. My, zástupci týmových kolektivních her, jsme zvyklí, že v průběhu utkání se dělají chyby. Víme, že chyby mohou rozhodovat zápasy. Ale na takovou porci přesnosti, koncentrace a nechybovosti pohled hráče zvyklý není. Nechal jsem si to vysvětlit od olympijského vítěze z Pekingu, který v Tokiu po dodatečném rozstřelu převzal stříbro.

TEXT: ZDENĚK HANÍK



DAVID KOSTELECKÝ

- sportovní střelec v disciplíně trap, olympijský vítěz z Pekingu 2008 a stříbrný medailista z Tokia 2020, dvojnásobný mistr Evropy (2002, 2017)
- se šesti olympijskými účastmi český rekordman, mj. na OH v Riu 2016 skončil čtvrtý

ZDENĚK HANÍK: „Byl jsem u vytržení z vaší koncentrace. Střílíte a střílíte a nemínáte se. Jak se získává taková koncentrace?“

DAVID KOSTELECKÝ: „To se mění závod od závodu. Musím si hlídat úplně všechno, na co člověk myslí, protože pozitivní nebo negativní myšlenka vás odvede v okamžiku, kdy to musíte umět trefit. Říkám, že hraji šachy sám se sebou, protože myšlenek vám tam skáče spousta. I třeba to, na co myslíte večer před závodem.“

ZH: „Vy to máte rozdělené do dvou dní, že?“

DK: „Ano. Už na cestě v autobuse musíte kontrolovat, abyste se nedostal do myšlenkových končin, kde nechcete být. A to včetně pozitivních myšlenek, třeba že se vidíte s medailí na krku, přitom je před vámi druhý den ještě těch 50 terčů. Je nutné umět to kontrolovat, ale v podstatě se to nedá naučit. Jak žijete, tak střílíte, a to jsem za život pochopil, že pokud máte méně starostí, více se vám daří ve sportu. Životy osobní a sportovní jsou propojené. Musí to být síla okamžiku, kdy se vám daří. Ale není na to recept. My teď můžeme jet na další závod, třeba finále Světového

poháru, a můžeme tam skončit poslední.“

ZH: „Říkáte, že jak žijete, tak střílíte. Dovedu si představit, že se naučíte vytěsnit myšlenky na medaili, ale pak jsou tu vjemy, které přijdou během závodu.“

DK: „Člověk na to musí být trochu připraven. Mně se třeba stalo v první položce, kdy jsem nechybil, ale vedle mě byl střelec z Kuvajtu. A v momentu, kdy jsem měl zasazenou zbraň a těsně před tím, že si zavolám na terč, on se začal hýbat a připravovat. Periferně jsem ho viděl i přes brýle, kde máme klapky. To je moment, kdy musíte vidět první metry letu terče, to vám dá pokyn přes svaly, přečte vám to výšku, rychlost a dává vám to pokyn, co máte udělat - a takový vjem vás dokáže na milisekundu odvést. Naštěstí jsem tu položku ustál.“

ZH: „A to se může? Co na to pravidla?“

DK: „Hned jsem za ním šel a požádal ho, férově, jestli mu můžu něco říct, aby ho to nerozhodilo do závodu, že mi prostě něco vadí. Ale to je asi tak, že jsem použil svoji zkušenost. Kdyby mi bylo 25, asi bych nějaký terč minul. K tomu dozrajete, že máte odvahu mu to říct. On se mi omluvil, přijmul to. Řekl, že si to neuvědomil, nebylo to schválně. V pravidlech stojí, že



FOTO: REUTERS

VZKAZ DAVIDA KOSTELECKÉHO

„MĚLI BYCHOM SPUSTIT NOVÉ TRENDY. TO TADY HROZNĚ CHYBÍ A VÍM, ŽE SVĚT NÁS BUDE V BUDOUCNOSTI PORÁŽET NA ZÁKLADĚ TĚCHTO VĚCÍ. BYLO BY DOBRÉ, POKUD BY SE NA TO VYTVOŘIL EXPERTNÍ TÝM A TYTO NOVINKY VPUSTIL DO ČESKÉHO SPORTU. MOŽNÁ JEŠTĚ LEPŠÍ BY BYLO VYPUSTIT NĚKTERÉ STARÉ VĚCI, KTERÉ SE DĚLAJÍ JENOM SRDÍČKEM, ALE TÍM NEBUDEME SVĚT VÁLCOVAT. ABY SE ZA CHVILKU NESTALO, ŽE NEBUDEME SLAVIT ŽÁDNÉ MEDAILE – PROSTĚ MUSÍME SVĚT DOHNAT I V TĚCHTO VĚCECH.“



ZDENĚK HANÍK

- zakladatel Unie profesionálních trenérů při ČOV
- bývalý kouč volejbalových reprezentací mužů Česka a Rakouska
- současný místopředseda ČOV

ten, co dostřílel, a ten, který se připravuje na výstřel, by se neměli hýbat a neměli by nic dělat.“

ZH: „Vy máte v základním závodě dvě rány. Vyletí terč, a pokud první ranou netrefíte, moment na druhou je strašně krátký, abyste mohl vědomě něco korigovat?“

DK: „Je to reflex a mělo by to tak zůstat. Stalo se mi, myslím v první položce, že jsem zareagoval moc brzy a odletěl mi terč. Na první ránu bylo pozdě a druhou, si myslím, jsem nějak namířil, ale to byla milisekunda. Možná to byl jenom pocit, ale v podstatě celá střelba se odehrává, když zavoláme do výstřelu, 0,6 sekundy. A tam když přidáte emoci nebo přemýšlení, je to špatně. Jsme trénovaní na to, abychom to udělali instinktivně. Problém je, že se to propojuje s myšlenkami, které vás odvádějí od instinktivního pojetí sportu.“

ZH: „Takže je to v podstatě podvědomá reakce?“

DK: „Ano, je to podvědomá reakce. Musíte si umět správně nastavit oči a zbraň - myslím výškově. Já to třeba dávám nad ten bod - Jirka Lipták ne tolik - kde to vylítává, pak musíte nastavit na určité pozici ke zbrani i k terči. To jsou věci, které musíte mít zmáknuté, udělat je a spolehnout se na ně. Ale vědomě to nejde korigovat, protože terč má 11 centimetrů, vyletí rychlostí 110 km/h, nevíte v moment povelu kam. Je nelidské vědomě zareagovat. Údajně trvá 0,2 sekundy, než se vůbec pohnete, v podstatě nejde reagovat dříve, a za dalších 0,4 sekundy to musíte trefit. Vtip je v tom, že nemíříte na terč, ale musíte mířit před, protože když zmáčknete spoušť, tak nastává zpoždění. Než se odpálí náboj, než proběhne celý proces, než to vyletí z hlavně a než to doletí tam, to nějakou dobu trvá. To znamená, že třeba na úhlový terč musíte předsadit, říkáme 80 cm. Ale zase když vidíte mušku, kterou máte řekněme metr před sebou, terč je 30 metrů před →

□ DIALOG

vámi, odhadujete prostor... Ono to zní šíleně, ale musíte to dělat instinktivně a spoléhat se na to, že to trefíte.“

ZH: „Vrátím se do Tokia k závodu. Byla to vaše šestá olympiáda, čtyřikrát jste se dostal do závěrečné šestky. Lipták byl v čele, vy jste byl...“

DK: „Byl jsem třináctý po prvním dnu a věděl jsem, že nesmím chybit, což se mi povedlo, abych měl šanci na finále.“

ZH: „Dobře, postoupili jste do první šestky, kolega Lipták minul hned první ránu. Někde jsem si přečetl, že začal foukat vítr, změnily se podmínky, a vy jste začal střílet rychleji. Co to znamená?“

DK: „To znamená, že máte zbraň nahoře, v podstatě reagujete co nejrychleji na terč a nenecháte ho tak odletět, nijak s ním nepracujete. To byl styl, který mi v ten moment fungoval, tak jsem si řekl, že do toho půjdu, i kdybych měl být poslední. Jednak mě to bavilo a jednak jsem cítil, že to je dobré. Je to styl, který musíte trochu risknout. A na olympiádě se těžko riskuje, pokud na to čekáte čtyři roky, teď pět let. Ale v mém věku a s mými zkušenostmi jsem to prostě risknul. Říkal jsem si: Možná jsem tady naposledy, tak přeci nebudu stát při zdi a půjdu do toho buď hop, nebo trop.“

ZH: „V tokijském finále jste zbyli už jenom dva. Padly otázky: Pustil mu to Kostelecký? A lidi, co se mě ptali, říkali: To by přeci sportovec nemohl udělat. Ale mě by to naopak neuráželo. Jste letití kamarádi, znal jste jeho otce, bydlíte tři kilometry od sebe, jezdíte spolu na dovolenou, užíváte si spolu srandu. Víím, že kdybyste mu to pustil, nemůžete to přiznat, ale asi by mě okouzilo, kdybych se dozvěděl, že vás v té chvíli pojala velkorysost.“

DK: „Já jsem vnímal to, že Jirka minul první terč. To je úplně běžná věc, může

VZKAZ ZDEŇKA HANIKA

„JE DOBRÉ INSPIROVAT SE NEJEN V OSTATNÍCH MÍČOVÝCH HRÁCH, ALE I V JINÝCH, TŘEBA INDIVIDUÁLNÍCH ČI TECHNICKÝCH SPORTECH. VŠUDE JE MOŽNO NĚCO NAKOUPIT PRO ZLEPŠENÍ VE VLASTNÍM SPORTOVNÍM ODVĚTVÍ.“



FOTO: IVANA ROHÁČKOVÁ

se stát každému a nehraje to zásadní roli. Rozhodčí tam byli strašně přísní. Jak jsme nastoupili, okamžitě řekli start a vy do dvanácti sekund musíte vystřelit. Myslím si, že Jirka ještě nebyl připravený a rozhodčí neměl takový cit, aby mu dal větší prostor. Ale postupně jsem vnímal, že se do toho zamotává a začalo to být kritické. Pomohlo mu to, že měl největší nástřel.“

ZH: „Co to znamená?“

DK: „Měl v základním závodě jedinou chybu, 124 trefil, proto měl první pozici. Měl jsem hroznou radost, když jsem věděl, že mám jistou medaili. Bylo to nesku-tečné, pro mě neuvěřitelný pocit. V Riu mi unikla. Opravdu se to nezdá, ale v 46 letech to není sranda. Takže bylo jedno jaké, ale měli jsme dvě medaile, dva kluci, kteří bydlí tři kilometry od sebe, jeho táta mi stavěl barák, znám Jirku od patnácti let a snažil jsem se mu v jeho kariéře vždycky pomáhat. Někdo může říct, že je to paradox, ale on se nedostal do Ria, já mu tenkrát řekl, co si myslím, že by bylo dobré udělat, a on to naštěstí udělal, tím se mu podařilo zvednout výkonnost a ve finále mě porazil. Když jsme tam zůstali sami dva, tak jsem chybil z čiré radosti. Pro mě to bylo neuvěřitelné, bavili jsme se, že bychom si to takto přáli. Byla to naprostá science fiction, protože střelců je strašně moc. A když jsem tam stál a oni řekli start, tak já měl pořád radost, že jdeme bojovat o ty dvě medaile. Stalo se to, co jsem říkal na začátku – i když je to pozitivní myšlenka, nedovolí vám to udělat instinktivně a projeví se to tím, že ránu prodloužíte, nebo uspěcháte. A trvalo mi to, z mého pohledu bohužel, ty dva terče, než jsem se vzpamatoval, začal dělat rutinu před výstřelem a vrátil

se do svých kolejí. No a potom jsme najeli na stejná čísla a do rozstřelu. Je to blbě to tak říct, ale chybil jsem z čiré radosti.“

ZH: „Z čiré radost pro svého střeleckého kamaráda...“

DK: „Z čiré radosti, že jsme tam dva Češi a dobyli jsme celý střelecký svět. Neopakovatelný moment.“

ZH: „První a druhý na olympiádě v jedné disciplíně, to už tu strašně dlouho nebylo.“

DK: „V roce 1932 říkali (vzpěrači Jaroslav Skobla a Václav Pšenička v Los Angeles - pozn. aut.)“

ZH: „Nevím, jestli to zaznělo z vašich úst, že jste radši, když můžete udělat něco pro někoho než někdo pro vás. V této souvislosti bych se nedivil, kdybyste v ten moment byl velkorysý moudrý muž, který poskytl radost všem.“

DK: „Jirkovi jsem v roce 2015 řekl, že má na to, aby vyhrál olympiádu. A on opravdu celý olympijský cyklus střílel výborně. Zlato je na sto procent v pravých rukách. To je jedna věc. Já jsem cítil svůj podíl na tom, že se mu takto dařilo, a víím, že kdyby do toho duelu vešel Angličan, který skončil třetí, tak se mi to nestalo a určitě bych jel jako pila. Ale byl to tak zvláštní moment, na který se nemůžete připravit. Neříkám, že mi to bylo jedno, každý sportovec chce vyhrát. Já jsem potom zapnul, dotáhl to do rozstřelu a tam už je to loterie. Tam to mohlo dopadnout jakkoliv. Byli jsme rádi, že to trvalo sedm terčů, protože rozstřely bývají většinou kratší. Takže: opravdu to byl pro mě mimořádný moment. Opravdu jsem se takto cítil, takže pro mě jakákoliv medaile, která by přišla, by byla tak neuvěřitelná a myslím si, že to na mně bylo vidět. Nebylo to hrané, byla to čirá radost.“ □

PŘEDPLAŤTE SI

Spot

A ZÍSKEJTE O₂ TV OD 1 Kč MĚSÍČNĚ



ČTVRTLETNÍ PŘEDPLATNÉ

za 1304 Kč
+ O2 TV Stříbrná
na 1 měsíc
za 1 Kč

~~(bezná cena 449 Kč)~~

kód 2109A

PŮLROČNÍ PŘEDPLATNÉ

za 2608 Kč
+ O2 TV Stříbrná
na 3 měsíce
za 3x 1 Kč

~~(bezná cena 1347 Kč)~~

kód 2109B

ROČNÍ PŘEDPLATNÉ

za 5216 Kč
+ O2 TV Sport Plus
na 1 rok
za 4x 1 Kč

~~(bezná cena 3196 Kč)~~

kód 2109C

**KAŽDÁ NABÍDKA
PLATÍ POUZE
PRO PRVNÍCH
100 NOVÝCH
PŘEDPLATITELŮ!**

Objednávejte na IKIOSEK.CZ/SPORT,
nebo e-mailem na predplatne@cncenter.cz



PLATNOST AKCE JE DO 31. 12. 2021 NEBO DO VYČERPÁNÍ ZÁSOB. KOMPLETNÍ PODMÍNKY NAJDETE NA ISPORT.CZ/PREDPLATNE-O2TV

Akce je určena pouze pro nové předplatitele a platí do vyčerpání zásob slevových kódů. Doručení kódu proběhne do 14 dnů od dodání prvního vyřizku. Kompletní podmínky akce a návod na využití kupónů najdete na ISPORT.CZ/predplatne-O2TV.
Nabídka platí pouze pro objednávky doručované na území České republiky. Tuto akci pořádá společnost CZECH NEWS CENTER a.s., IČ 02346826, se sídlem Komunardů 1584/A2, 170 00 Praha 7. Podmínky pro dodávku periodického tisku formou předplatného, kterými se řídí práva a povinnosti při poskytování předplatného, a informace o zpracování osobních údajů jsou uveřejněny na internetové stránce www.cncenter.cz/predplatne.

CZC.CZ

DVOJKY FANDÍ
ČESKÉMU
ESPORTU



Vyladěný herní arzenál
CZC.Gaming



www.czc.cz/eleague

Akce platí do 15. 10. 2021 nebo do vyprodání zásob.