

# COACH

## Upřímná komunikace je základ

Mike Grier & David Poile

Dvojrozhovor  
s generálními  
manažery NHL

**Spot**

magazín vydávaný  
ve spolupráci s Českým  
olympijským výborem



ČESKÁ  
TRENÉRSKÁ  
AKADEMIE

NÁRODNÍ  
SPORTOVNÍ  
AGENTURA

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

# CZC.CZ



## PC SESTAVY PRO KAŽDÉHO

**CZC.PC**



Windows 11

Uvedená akce platí do 8. 11. 2022 nebo do vyprodání zásob.

# COACH

COACH. Měsíčník. Ročník 7., číslo 11,  
vychází 1. 11. 2022.  
Samostatně neprodejné,  
vychází jako příloha deníku SPORT.  
Adresa: 170 00 Praha 7, Komunardů 1584/42,  
e-mail: magazinsport@cncenter.cz,  
www.isport.cz,  
telefon: po předvolbě +420 225 97  
volte linku 5275,  
Redakce – linka 5111.

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

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

Registrace MK ČR E 22423.  
Nevyžádané rukopisy, fotografie  
a kresby se 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: 25.10. 2022  
TITULNÍ SNÍMKY: GETTY IMAGES  
VE SPOLUPRÁCI:



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

## Federer, hra jako umělecké dílo

Budu dnes trochu osobní. Tu a tam jsme si volávali s trenérskou tenisovou legendou Pavlem Kordou, pod jehož vedením Češi vyhráli Davis Cup v roce 1980 a Jan Kodeš tři grandslamové tituly, dej mu pánbůh klidný spánek. Jednou se mi ozval, to byl turnaj Australian Open 2017 někde ve čtvrtfinále: „Poklona, pane Haníku, viděl jste Federera? Já vám to řeknu na rovinu, koukal jsem na něj a bulel jsem jako malé dítě. To je nejlepší hráč všech dob a nikdy už nikdo lepší nebude.“

I když tenis hraju náruživě a přemýšlím o něm, nejsem tenisový expert, a proto nemám právo vyslovovat takové soudy, ale když už to řekl pan Korda, tak se za sebe přidávám.

Mám slabost pro vyvolené. To nejsou jen megahvězdy, nýbrž ti, kteří daleko přesáhli rámec svého sportu a vlastně sportu vůbec, jakými byli třeba Pelé nebo Michael Jordan. Takovým je pro mě i Roger Federer, a tak mi dovolu, abych tuto moji slabost promítl do úvodníku dalšího vydání Coache, protože se mu věnuje jedna z rubrik 1+9.

Federer se právě rozloučil s aktivní kariérou, kterou nelze vnímat jinak než jako umělecké dílo. Umění je totiž pro mne jakékoliv lidské tvoření, jehož výsledek nad jiné výtvořky a výkony vyniká

hodnotou estetickou. A proto je švýcarský tenista pro mě vyvolený: sportovní mistr nad mistry, a k tomu umělec.

V duchu osobního tónu přidávám ještě jednu myšlenku z rozhovoru s Pavlem Chadimem, trenérem českých baseballistů, kteří zázračně postoupili na akci, která je vnímána jako profesionální mistrovství světa pořádané organizací Major League Baseball. Jak jsem se totiž dozvěděl (pamatuji si obličej, nikoliv jména), byl jsem jeho profesorem češtiny na gymnáziu Jarošova v Brně.

„Naprostá většina úspěšných trenérů nic netají a věří v no secrets. Něříkat nic a nesdílet informace беру jako krátkozrakost, protože jak dané věci použiješ a propojíš, k tomu už musíš najít klíč sám,“ tvrdí Chadim uvnitř dnešního čísla. A já to vidím stejně, byl to prostě dobrý žák.

Příjemnou četbu...

### Zdeněk Haník

bývalý trenér volejbalové reprezentace a předseda České trenérské akademie ČOV



Mike Grier

# Dobrý český trenér? Jsem ready



FOTO: GETTY IMAGES

A photograph of an ice hockey game in progress. In the foreground, a player in a teal jersey with the number 44 is skating towards the right. He is being defended by a player in a white and yellow jersey with the number 11. The background shows a large crowd of spectators in an arena. The text "David Poile" is overlaid in a blue box at the top left. The main headline "Nechceme být uprostřed. Chceme být lepší" is overlaid in large white letters across the top. At the bottom, there is a paragraph of text and a page number.

David Poile

# Nechceme být uprostřed. Chceme být lepší

Byla to velká událost pro Prahu okolo druhého říjnového víkendu. Slavná NHL se dvakrát předvedla v O2 areně. Tomáš Hertl potěšil publikum gólem, ale San Jose v obou zápasech Nashvillu podlehl (1:4, 2:3). Generální manažeři obou klubů - David Poile z Predators a Mike Grier od Sharks - ovšem pro magazín Coach vyprávěli o nadčasovějších záležitostech a smyslu jejich práce.

TEXT: SLAVOMÍR LENER



FOTO: PROFIMEDIA.CZ (3x)

**O**ba vystudovali na Boston University a šéfuji americkým klubům v NHL z pozice generálního manažera, ale jinak mají odlišné příběhy. Nejen proto, že se věkem liší o čtvrt století.

David Poile, 72letý Kanadán, byl kapitán, nejlepší střelec a nejužitečnější hráč v týmu Huskies v NCAA. Obdržel Lester Patrick Trophy jako uznání za mimořádný přínos hokeji v USA, obdržel ceny GM i výkonného ředitele roku NHL. Jako člen soutěžního výboru NHL pomohl s inovacemi, jako jsou rozhodující nájezdy v základní části soutěže a odstranění červené čáry. Dlouhodobě hraje klíčovou roli při výběru hráčů a trenérů pro národní týmy USA. Působil jako generální manažer amerického týmu na olympiádách a na mistrovstvích světa.

Letos oslavil 40 let působení v lize, je nejdéle pracujícím generálním manažerem v historii NHL. Kdysi, jako nejmladší GM nastoupil k Washington Capitals a hned se s nimi, poprvé v jejich dějinách, dostal do play off. Počtem 1500 vítězství a čerstvě 3000 utkání je nejlepším GM v historii. Nashville Predators dovedl do finále Stanley Cupu v sezoně 2016-17.

Mike Grier, 47letý Američan, si v NHL i zahrál. A rovnou přes tisíc utkání,

z toho tři sezony v San Jose Sharks. Tam byl dobrým lídrem a nosil „A“ na dresu. Myslím si, že to mu také mohlo pomoci k dnešní pozici u Sharks. Dobří holubi se přeci vracejí.

Po skončení kariéry si prošel postupně pozice profesionálního scouta NHL, paralelně trénoval v soutěži středních škol, aby si udržel kontakt s ledem. Okusil i pozici asistenta trenéra v NHL a po osmi letech zkušeností v managementu se letos v létě stal vůbec prvním černošským generálním manažerem v ligové historii. Dosud velké tabu, do budoucna proložené ledy a šance pro další schopné manažery tmavé pleti.

Dveře na pozici GM jim byly v NHL zavřeny více než sto let. Jen Florida Panthers měli nedávno Bretta Petersona v pozici asistenta GM a Tampa Bay Lightning vloni dokonce i první útočnou lajnu, celou z Afroameričanů (Daniel Walcott, Mathieu Joseph, Gemel Smith). Na lavičce NHL se dosud neobjevil žádný hlavní trenér tmavé pleti.

Ještě k náročnosti výběru generálního manažera. Jonathan Becher, vlastník Sharks, odhadl, že organizace strávila více než 200 hodin pohovory s různými kandidáty. „Bylo to velmi důkladné



## DAVID POILE

**Narozen:** 14. 2. 1950 v Torontu

**Pozice:** generální manažer Nashville Predators

**Hráčská kariéra:** pravé křídlo, Northeastern University v Bostonu (NCAA/1967-70), Rochester Americans (AHL/1970-71), Braintree Hawks (NEnHL/1970-71)

**Po kariéře:** asistent generálního manažera Atlanta/Calgary Flames (1977-82), GM Washington Capitals (1982-95), GM Nashville Predators (1997-?), GM reprezentace USA 2x na MS (1998, 1999 + asistent GM 2009, 2010, 2013) a 1x na ZOH (2014 + asistent GM 2010)



## MIKE GRIER

**Narozen:** 5. 1. 1975 v Detroitu

**Pozice:** generální manažer San Jose Sharks  
Hráčská kariéra: pravé křídlo, St. Sebastian's School (USHS-Prep/1992-93), Boston University (NCAA/1993-96), Edmonton Oilers (1996-2002), Washington Capitals (2002-04), Buffalo Sabres (2004-06 a 2009-11), San Jose Sharks (2006-09)

**Reprezentace USA:** MS v Praze 2004 (bronz), juniorské MS v Red Deer 1995 (5. místo)

**Po kariéře:** scout Chicago Blackhawks (2014-18), asistent St. Sebastian's School (USHS-Prep, 2014-18 a 2020-21), kouč Boston Terriers (Quebec International Pee-Wee HT/2015-16), asistent New Jersey Devils (2018-20), Hockey Operations Coordinator u NY Rangers (2021-22), generální manažer San Jose Sharks (2022-?)

INZERCE

a někdy až vyčerpávající," řekl. „Grier tu práci dostal také proto, že získal skvělé recenze z New York Rangers, Buffalo Sabres i Boston University. Tam všude jsme volali a přesvědčili se, že Mike má kvality, které jsme hledali. Mike je skutečným důkazem jednoho z principů naší organizace. Existuje jen velmi málo kandidátů, kteří mají sílu charakteru, aby vedli tak velkou organizaci.“

### **Davide, co vás stále žene kupředu, kde berete chuť a energii?**

**POILE:** „Pocházím z hokejové rodiny. Mám hokej v krvi. Můj otec Bud hrál NHL za pět různých týmů Original Six a v roce 1947 vyhrál s Leafs pohár. Po svých hráčských dnech Bud vedl nejlepší afilaci Detroit Red Wings v Edmontonu. Jako malý jsem sedával vedle hráčů-profíků, mezi trenéry, manažery, agenty. Nasákl jsem tím a do budoucna mě to zavázalo. A když jsem skončil s hraním na úrovni farmy, vystudoval jsem univerzitu, pak mi slavný Cliff Fletcher nabídl job v Atlantě. A kolotoč se roztočil. Teď jsem starý, ale nemám čas stárnout, jsem

mezi mladými lidmi. Každé ráno, když vstávám, vím, že se nebudu nudit. Čeká na mě tolik výzev a úkolů. Nikdy to není stejné. Například říjnový trip do Evropy. Včera v Bernu, dnes v Praze, za dva dny zase v Americe. Během letu přes moře musíte vyřešit spoustu věcí, uzavřít kádr, některé hráče poslat na farmu nebo jinam. V letadle je čas s novým vlastníkem klubu probrat taky spoustu záležitostí, informovat ho, jak to funguje v týmu. Pro něj je hokej především byznys, potřebuje, aby firma vydělávala. Tak chce být v obraze.“

### **Máte čas se všemi manažery a trenéry v klubu hovořit, probírat chod týmu?**

**POILE:** „Samozřejmě, každodenně. Hodně deleguji, mám kolem sebe spoustu šikovných, mladých lidí. Já je vlastně supervizuji, dávám jim hodně zodpovědnosti, až mi občas někdo předhodí: děláš vůbec něco? Ode mne slyší hodně ‚Proč?‘ Zároveň za nimi musím stát a podporovat jejich rozhodnutí, protože během sezony jste velmi často nahoře nebo dole. Hodně naslouchám, ale velká rozhodnutí musím nakonec přeci jen učinit sám.“ →



## HOKEJBALOVÉ MISTROVSTVÍ SVĚTA 2023 JUNIORŮ A JUNIOREK V LIBERCÍ!

**28. 6. - 2. 7. 2023**

junioři do 16, 20 a 23 let

**3. 7. - 6. 7. 2023**

junioři do 18 let, juniorky do 21 let



**Váš rukopis je založen na stabilitě a kontinuitě.**

**POILE:** „Páteř týmu zůstává převážně domácí, vlastníci týmu, místní lidé. Je pak snazší zaměřit se na dobré věci, týkající se chodu klubu a arény, ale můžete se porozhlédnout i dále, do okolí. Řešíme například detaily, jako jsou klubovky a vlajky Preds nejenom v aréně, ale ve většině obchodů, barů, restaurací a pivovarů v širokém okolí. Záleží mi i na kontinuitě. Od počátku je s námi například i hlavní amatérský scout Jeff Kealty. Býval obráncem, který hrál za naši farmu v AHL.“

**Ani hlavní trenéry moc historicky neměníte. Za dobu vašeho působení jste angažoval jen tři. Barry Trotz odkoučoval patnáct sezon, Peter Laviolette šest a John Hynes právě začal čtvrtou sezonu.**

**POILE:** „Občas trenéra musíte vyměnit. Někteří hráči prostě hrají líp pro jiného trenéra. Někteří hráči se líp hodili k Peterovi, nyní někteří hráči líp sedí k Johnovi a vy musíte v tomto směru upravit soupisku. Například Mikael Granlund se zdá být do značné míry Johnův typ. Ne, že bychom s příchodem trenéra měnili

**„VŽDYCKY JSEM SE SNAŽIL OBKLOPIT NEJLEPŠÍMI LIDMI, KTEŘÍ JSOU CHYTRÍ, INTELIGENTNÍ, PRACOVITÍ. ABY BYLI SCHOPNI SPOLUPRACOVAT, ZDRAVĚ SE VYZÝVAT, KVALITNĚ DISKUTOVAT A SPOLEČNĚ TLAČIT ORGANIZACI KUPŘEDU, ABY SE ZLEPŠILA. JINÁ CESTA NEEXISTUJE.“**

MIKE GRIER



FOTO: ČTK

Luke Kunin jako sousto pro Romana Josiho

kulturu našeho klubu, ale s novým trenérem dostávají jiní hráči více šancí. Pod Barrym jsme hráli určitým způsobem, a když přišel Peter, začali jsme získávat další hráče, s přesvědčením, že budou hrát lépe pod jeho systémy. Myslím, že s Johnem to není jiné. Ještě jedna věc, s příchodem nového trenéra často u některých hráčů mizí frustrace.“

**Hodně vám záleží na klubové kultuře, trenéři a hráči by do toho měli zapadat.**

**POILE:** „Naši nejlepší hráči a trenérský tým v čele s Johnem se musí dostat na stejnou vlnu. Musí existovat víra v to, jak hrajeme, že můžeme být stále velmi silní v defenzivě, což budeme stále hrát, ale na základě dobré defenzivní hry



FOTO: REUTERS

Radim Šimek se snaží zabránit nahrávce Ryana Johansena





Tomáš Hertl byl v Praze hlavním tahákem pro české fanoušky. Nezklamal, dal jeden ze tří gólů Sharks.

máme také ofenzivní schémata a systémy, které umožní špičkovým hráčům jako Filip Forsberg, Ryan Johansen, Matt Duchene a Nino Niederreiter zazářit na obou koncích ledu. To se týká samozřejmě i obránců Romana Josiho, Mattiasa Ekholma či Ryana McDonagha.“

#### **To hovoříte o zkušených oporách. A co mladí hráči, především v obraně?**

**POILE:** „Umíme vychovat skvělé brankáře – Tomáš Vokoun, Pekka Rinne a teď Jusse Saros u nás vyrostli v extratřídě. Stejně tak skvěle vychováváme špičkové obránce. Příkladem jsou franchise-players Roman Josi nebo Mattias Ekholm. Postupem času dáváme šanci dalším mladším klukům a budujeme efektivitu v obraně. A co by noví, mladší hráči měli do týmu přinést? Budeme opravdu spokojeni, když přinesou ještě něco nad naše typické standardy, jako je pracovní morálka, fyzická hra, dobrá defenziva. Takže potřebujeme lepší útok, přesilovku a musíme produkovat víc gólů. To vše zajištěno špičkovým gólmánem.“

#### **Nedá se přehlédnout, že systém vaší práce je také hodně založen na trpělivosti.**

**POILE:** „Každý hráč se řídí svým rytmem. Ať už se jedná o výběr v prvním kole draftu, nebo o hráče nedraftovaného, stane se tak, když ten moment přijde. Především naši obránci většinou stráví

li alespoň jednu sezonu v Americké lize (AHL), potřebují čas a získávat zkušenosti. I Pekka Rinne a Roman Josi si farmou poctivě prošli.“

#### **Miku, váš otec Buddy byl hráčem NFL, trenérem, pracoval v exekutivě NFL. Váš bratr Chris je v NFL generálním manažerem Miami Dolphins. Co to pro vás znamená? Výzva, kontinuita?**

**GRIER:** „Jsem nejmladší z rodiny, je to pro mě určitě velká výzva a speciální ocenění být generálním manažerem v NHL. Těžký úkol. Job se spoustou úskalí a výzev, ale moc se na to těším. Je to práce, kterou jsem vždycky chtěl dělat. Vždy jsem jako malý pozorně naslouchal radám mého otce, vzhlížel ke staršímu bráchovi. Teď s Chrisem hodně mluvím o aspektech vedení týmu, jeho sestavování, řízení hráčů a managementu. On to měl asi trochu lehčí, protože v NFL působilo loni sedm GM tmavé pleti. Pro doplnění - v NBA jich bylo jedenáct.“

#### **Dostali jste se i k důležitosti týmové identity a kultury v šatně?**

**GRIER:** „Samozřejmě. Americký fotbal i hokej mají stejné zásady týmového života. V NFL mají jen víc hráčů, ale obecně platí stejná pravidla. Hodně mě zajímají i kritická rozhodnutí, která musel Chris za více než pětileté období v pozici učinit. Musím z něho vymáčkout co nejvíc.“

#### **Co v takovém momentě nejdřív udělat?**

**GRIER:** „Tak to se různí. Já to měl extra těžké, byl jsem jmenován tři dny před draftem, což je nejdůležitější a nejsložitější období pro klub mimo hlavní sezonu. A nejenom vybrat správné talenty pro budoucí kabinu, ale navrhnout ještě musel sehnat hlavního trenéra. Zvláštní situace. Ale vzrušující a radostná.“

#### **Jak se stát z dobrého klubu NHL, z takzvaného solidního středu, špičkovou organizací?**

**POILE:** „Jsme play off tým, což je dobrá věc, ale nedokázali jsme se dostat do dalších kol. Jsem rád za to, když se dostaneme do play off, ale je to málo. Nechceme být uprostřed. Chceme být lepší. Když říkám lepší nebo horší, chci být lepší, ale chápu důsledky těchto obchodů. Nevměníte špičkového hráče za druhý a třetí výběr v draftu, takoví hráči tu asi tři nebo čtyři roky nebudou hrát. To je krok zpět. Chci udělat kroky vpřed. Být dostatečně kompetitivní každou sezonu.“

#### **Od koho jste se nejvíc naučil?**

**POILE:** „Od Cliffa Fletchera, z doby, když jsem byl jeho asistentem generálního

manažera v Atlanta Flames. Každodenně jsem za ním chodil a naléhal. Proč neuděláme to nebo tamto, neustále jsem ho k něčemu vyzýval. Až jednoho dne, asi to nebyl ten správný den na diskuse, mi povídá: Hele, zastav. Jestli budeš někdy mít šanci být generálním manažerem, konečně poznáš, co je to udělat konečné rozhodnutí. A že měl tehdy pravdu!“

#### **Jsou generální manažeři NHL v pravidelném kontaktu? Vypadá to, že celou tu dobu v pozici GM, při tom množství trejdů, vítězství a porážek, nemáte nepřátele.**

**POILE:** „Hodně se snažím komunikovat napřímo. Třikrát do roka máme všichni GM mítink s osobní účastí. Já navíc chodím i na setkání vlastníků týmů, což mi dává obrovský přehled o tom, co se děje a co se chystá. S některými jsem samozřejmě v užším kontaktu.“



## JAK VZNIKL ROZHOVOR

Využil jsem dlouhodobé známosti s Davidem Poilem a při utkání NHL v Praze mi i přes nabitý program poskytl interview, přímo v kabině týmu Nashville Predators, když byli hráči na ledě. Jindy nebyl čas. I díky němu jsem se dostal k Miku Grirovi, generálnímu manažerovi San Jose Sharks, kterého jsem doposud znal jen jako hokejistu. Zajímalo mě, jak si momentálně vedou týmy, které jsem během mého působení v NHL zažil jako nováčky v NHL, takzvané expansion teams. Zajímavost je, že David kdysi začínal ve Washingtonu jako nejmladší GM v lize, a teď je Mike v Sharks rovněž nejmladším GM, jen o několik dekád později.





FOTO: PROFIMEDIA.CZ

**Jaké vlastnosti musí mít vaši spolupracovníci? Manažeři, trenéři, scouti?**

**GRIER:** „Stoprocentně na první místo dávám komunikační schopnosti. Tak, aby klub fungoval efektivně, musí být všichni na stejné vlně a pracovat společně, upřímně a kolektivně. To platí stejně i na vztahy trenérů s hráči. Umění učit a komunikace je v současném sportu velká věc.“

**Jak se stavíte k loajalitě ke klubu, vlastníkům, komunitě?**

**POILE:** „Jsem hokejista. Jsem loajální k Nashville Predators. Mým cílem je předat tým – kdykoli nastane čas – v nejlepší možné kondici. Kdybych přemýšlel jen z roku na rok, nevyměnil bych Shea Webera, Ryana Ellise nebo Viktora Arvidssona a nedělal další kroky. Možná bychom získali nějakého jiného zkušeného hráče. Když se takto rozhodnete, víte, že učiníte krok zpět a možná děláte dva kroky vpřed. Stále držíme pevné jádro, do kterého postupně budujeme mladé hráče, kteří jsou připraveni na důležitější roli v týmu. Vhodně doplňujeme tým i veterány za nízkou cenu. Takhle to už funguje dvě dekády. Hodně důležitou roli v tom hraje i trenér Hynes, který pomáhá hledat dobré lidi s charakterem, hráče, kteří se učili od dobrých vůdců, jsou schopni převzít kulturu kabiny. Po každé, když dělám trejd, myslím na to též: ‚Uvědom si, co děláš.‘ Je to jako karty. Uděláte obrovské dealy, měníte hráče. Vzdáváte se výběrů v prvním kole, dáte

7

**Tolik utkání NHL se dosud odehrálo v Česku, vždy v pražské O2 areně. Tampa Bay-NY Rangers (2008, 2x), Boston-Phoenix (2010, 2x), Philadelphia-Chicago (2019) a letos dvojzápas Nashville-San Jose.**



FOTO: ČTK

pryč mladší, potenciální hráče, protože se snažíte vyhrát Pohár právě teď. To ale není pozice, ve které jsme dnes. Znovu opakují, nikdy neudělám nic, co si nemyslím, že je pro tuto franšízu správná věc. Pracuji a rozhoduji se na základě: Toto je správný způsob, jak dělat věci, aniž bych tomu dával časový rámec.“

**Co řeknete k naslouchání a rozhodování?**

**GRIER:** „Čím více informací dostanu, tím lépe. Snažím se být inkluzivní, máme mítky s manažery, scouty. Diskutujeme, říkáme svá mínění, vypíchneme podstatné věci, návrhy. Na konci dne ale musím učinit své rozhodnutí.“

**Budete delegovat, rozdělovat zodpovědnosti?**

**GRIER** (směje se): „Aha, už chápu. Samozřejmě deleguji hodně práce a povinností svým asistentům GM a hlavním scoutům. Dostávají zodpovědnosti hodně, věřím jim. Proto jsme je najali.“

**Máte nějakého mentora, supervizora? Učíte se novým přístupům?**

**POILE:** „Ano s legendárním Glenem Satherem se vidíme pětkrát, šestkrát do roka a probíráme věci. Roky jsem konzultoval hokej a vztahy s mým otcem, pak s Cliffem Fletcherem, s Harrym Sindinem. Sleduji rozhodnutí ostatních, mladších manažerů a snažím se vypozařovat, jak problém řešili a proč. Hodně vnímám, jak se mění hráči, jak se oblékají, jak ukazují svou osobnost. Do něčeho se ale do hloubky nepouštím. Například počítač mám jen na běžnou komunikaci, na IT mám přeci specialisty.“

**Hledáte inspiraci i z jiných sportů?**

**POILE:** „Ano, s tím už začal ve Washingtonu trenér Bryan Murray. Hodně se učil z basketbalu. Hokej a basket jsou velice podobné sporty.“

**No vidíte, Bryan byl zase naopak můj generální manažer, když jsem trénoval na Floridě.**

**POILE:** „No, vždyť okruh lidí kolem NHL není zase tak veliký. Asi dvakrát do roka si sedneme v Nashvillu s trenéry a manažery NFL a ptáme se navzájem, jak řešit určité problémy. Vše se vyvíjí tak rychle, že musíte být stále v obraze, a jiné sporty v leccems bývají dál než my.“

**Dalí byste nějakou radu evropským manažerům, aby měli férovou šanci dostat takto prestižní pozici v NHL? Zatím se to podařilo jen finskému Jarmo Kekalainenovi, který je GM Columbus Blue Jackets a od letošního**

ledna i švédskému Patriku Allvinovi, GM Vancouver Canucks.

**GRIER:** „Je to jen můj názor. Je třeba velmi dobře znát hráče, takže by měl mít zkušenosti se scoutingem jak v Evropě, tak v severní Americe. Umět tak dokonale pochopit evropský a severoamerický styl hry. To by určitě pomohlo otevřít dveře k interview, když se o pozici budou ucházet. Umět přecíst a vyhodnotit, co to znamená uspět v NHL. Jako hráč, trenér, manažer. Zároveň je moc důležité ukázat sebevědomí a být si jist svým plánem, který představíte, a přesvědčit vlastníky, jak a čeho chcete s klubem dosáhnout.“

**Váš nejlepší tah, rozhodnutí?**

**POILE:** „Jednoznačně to, že jsem se - přestože byly lukrativní nabídky ze stabilizovaných klubů - rozhodl vzít GM pozici v novém expansion týmu, v Nashville. Šel jsem do města bez velké hokejové tradice a měl možnost tam zanechat zřetelné otisky prstů. Dobré nebo špatné, to na začátku nevíte. Hokej v Nashvillu je nyní stabilizovaný, má velké jméno a pevné místo v životě celého města a okolí. Je to můj tým, již 25 let.“



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

David Poile s bývalým obránce P. K. Subbanem

„DAVID VÁM UMOŽŇUJE  
DĚLAT SVOU PRÁCI, RŮST  
A DĚLAT CHYBY.“

RAY SHERO, BÝVALÝ POILEHO ASISTENT  
V NASHVILLU, NYNÍ SENIOR ADVISOR GM  
V MINNESOTA WILD

**Dali byste šanci evropskému, nebo dokonce českému trenérovi?**

**GRIER:** „Ano. Chci mít v klubu ty nejlepší a nejkvalifikovanější trenéry, kteří jsou na trhu k dispozici. A jestli to bude Evropan nebo trenér od vás z Česka, jsem tomu otevřený. Pokud bude dobrý, já budu věřit, že naši organizaci a hráče posune na vyšší úroveň, jsem ready. V Evropě je spousta talentovaných lidí, jen zatím, až na výjimky, nedostali šanci. Ale myslím, že je to jen otázka času, kdy NHL bude trenérsky pestřejší. Tak, jak je to dnes běžné u hráčů.“

**Na závěr. Co by měl mít úspěšný manažer, můžete něco zmínit?**

**POILE:** „Respekt k druhým. Odpovězte na telefonát ještě týž den. Dobré vztahy. S hráči, trenéry, vedením klubu. Mít otevřené oči, naslouchat, vnímat. I tento rozhovor, způsob, jak kladete otázky a na co se ptáte, mě nutí se zamyslet, přemýšlet, protože se ptáte trochu jinak. A díky tomu teď zase vím mnohem více o vás. Za těch pár minut jsem se taky dost přiučil. Být sám sebou, být pozitivní, mít sebevědomí. A k věku patří i vyspělost a moudrost.“ □

INZERCE



# TÝDEN HOKEJE

## VELKÁ JÍZDA ZAČÍNÁ PRVNÍM KROKEM

21.–27. listopadu 2022

WWW.TYDENHOKEJE.CZ

Generální partner:



Partner správné výživy:



Partneři:





# Katar?

## Pozor na ponorku!

Od 20. listopadu bude fotbalová planeta opět po čtyřech letech vzhůru nohama. Mistrovství světa v Kataru ale s sebou nese už od okamžiku volby pořadatelství značné kontroverze. Neobvyklá destinace, termín uprostřed sezony, klimatické podmínky a celá řada dalších aspektů jsou předmětem nekonečných diskusí. Legendární brankář **PETR ČECH**, který absolvoval během kariéry čtyři evropské a jeden světový šampionát, očekává mimořádně kvalitní sportovní turnaj.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

### **J**ak vnímáte, že se mistrovství světa bude konat v Kataru? Co může šampionát přinést?

„Začnu pozitivy, protože je to snazší. Může to být kvalita turnaje, pokud se týká vyčerpání hráčů. Když se koná mistrovství světa nebo kterýkoli jiný turnaj, nemůžeme si nevsimnout, jak trenéři řeší jako největší problém, že je po konci klubové sezony a mají v týmu hráče, kteří odehráli šedesát zápasů, a někteří v tom samém týmu jen dvacet, což pak ovlivňuje závěrečnou přípravu. Většinou se v přípravě trenéři snaží, aby se vyrovnalo nastavení mezi přetaženými hráči a těmi, kteří naopak potřebují větší zátěž. Výhoda Kataru je, že jsme v rozjeté sezoně, kdy hráči nejsou psychicky ani fyzicky unavení, měli by proto být v ideálním zápasovém rytmu. To se samozřejmě týká hlavně hráčů, kteří v klubech mají potřebné herní zatížení. Budou proto rozehraní, a hlavně nebudou unavení. To vidím jako pozitivní faktor a mistrovství světa by proto mělo mít z pohledu výkonnosti hráčů slušnou kvalitu.“

### **Vidíte i nějaká negativa?**

„Negativní věc je, že turnaj se hraje v prostředí, kde bude velké horko. Je samozřejmě dobré, že všechny stadiony mají na hřišti klimatizaci, ale je otázkou, jaké podmínky čekají na hráče v trénin-

ku. Jestli se budou používat stadiony nebo nějaká tréninková centra, která budou mít klimatizaci nebo ne. Horko může negativně ovlivnit přípravu hráčů. A druhá věc se týká psychického rozpoložení na dlouhém turnaji. Hráči budou uzavřeni v hotelu na pokoji, sice s klimatizací, ale člověk potřebuje z hotelu také někdy jít ven, odreagovat se. To bude v Kataru složitější, protože nikdo nemůže trávit čas venku ve 45stupňovém vedru. Může to hrát roli a bude na každém, jak se s tím vyrovná. Každý tým si bude muset nastavit pravidla, aby se hráči cítili dobře a omezené možnosti pohybu jim nevadily.“

### **Když se podíváte pohledem nedávného hráče, je Katar místem, kde byste chtěl hrát na světovém šampionátu?**

„Člověk se vždycky těší na mistrovství světa a moc nevymýšlí, v jaké zemi se hraje. Pro hráče je důležitá skvělá atmosféra, dobrá organizace a fanoušci na stadionech. EURO a MS jsou největší turnaje, na nichž jde hlavně o atmosféru. Když bude mít MS plné stadiony a atmosféru jako jinde, hráči to zvládnou v pohodě. Je pravda, že kdyby to bylo tehdy možné, MS nebo EURO během sezony bych přivítal. Někdy je člověk úplně vyždímaný po sezoně, kdy se hraje do poslední chvíle o titul nebo Ligu



Katar je první zemí v arabském regionu, která uspořádá největší fotbalový turnaj



Poslední šampionát pro Lionela Messiho a souboj Argentiny s Brazílií, která velmoc dojde dál, bude jedním z největších lákadel



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

mistrů, a po těchto vrcholech přichází hned další. Díky tomu, že u hráčů by neměla být zřetelná únava a turnaj se koná uprostřed sezony, může být šampionát zajímavý. Pro mě by byla složitější část na hotelu. Neopustit tři týdny nebo měsíc hotelové prostředí, protože klimatické podmínky jsou extrémní, to moc nejde. Je trochu složitější vidět stejné obličejové třikrát denně na jídle, dál pak na mítinku a tréninku. Ponorka se pak může projevit poměrně snadno. Když je člověk v prostředí, kdy může jít ven, dělat něco jiného mimo fotbal, je to prospěšnější. Určitě totiž nejde myslet 24 hodin jen na fotbal. V té velké intenzitě musíte mít možnost vypnout.“

#### Vám se na mistrovství světa v Německu v roce 2006 vypnout povedlo?

„Byli jsme v prostředí, kde se dalo projít kolem rybníka, sednout si a odpočívat nebo jsme měli k dispozici golfové hřiště. A kdo hrál golf, tak si odpálil pár míčů a přišel na jiné myšlenky. Je proto důležité přemýšlet i o čase, který hráči stráví na hotelu, protože počet filmů a knížek nebo her na PlayStationu je sice veliký, ale pak už to taky nikoho nebaví.

Uvidíme, jaké kdo bude mít podmínky, v jakých tréninkových centrech se budou týmy připravovat. Ale neméně důležitým faktorem je, jak budou trávit čas mimo hřiště, aby se fotbalem nepřesýtili.“

#### V neděli 13. listopadu se hrají poslední ligová kola a přesně za týden už začíná finálový turnaj. Nebudou mít národní týmy moc krátký čas na společnou přípravu?

„Myslím, že takhle je to pro všechny lepší. Čím kratší doba je mezi začátkem turnaje a posledním utkáním v lize, tím lépe. Národní týmy odehrály letos spoustu přátelských utkání, v lize národů měly na programu v červnu čtyři a v září další dvě. A i v klubech najeli hráči na potřebný zápasový rytmus. Mně vždycky vadilo, že jsme po konci sezony měli tři týdny volno a běhali jsme po Rakousku na soustředění apod. Minipříprava před turnajem se vytvářela trochu uměle, a to je, myslím, spíš na škodu. Hráči jsou rozehraní a není třeba tam dávat blok s přátelskými utkáními nebo tréninkový kemp. Za mě osobně není krátký čas mezi ligou a šampionátem úplně důležitý, protože jsou všichni rozehraní, mají rytmus a stačí pár

#### BÝVALÝ FOTBALISTA

### PETR ČECH

**Věk:** 40 (20. května 1982 v Plzni)

**Výška/váha:** 196 cm/90 kg

**Stav:** ženatý, manželka Martina, dcera Adéla, syn Damián

**Kariéra:** Plzeň (1989-99), Bližany (1999-2001), Sparta (2001-02), Rennes (2002-04), Chelsea (2004-15), Arsenal (2015-19)

#### **Bilance v reprezentaci:**

124 zápasů/122 obdržených gólů

**Největší úspěchy:** vítěz Ligy mistrů (2012), vítěz Evropské ligy (2013), 4x vítěz Premier League (2005, 2006, 2010, 2015), 5x vítěz FA Cupu (2007, 2009, 2010, 2012, 2017), 3x vítěz anglického Ligového poháru (2005, 2007, 2015), 4x vítěz anglického Superpoháru (2005, 2009, 2015, 2017), vítěz EURO U21 (2002)

**Individuální úspěchy:** nejlepší brankář světa podle hlasování Mezinárodní federace fotbalových historiků a statistiků (2005), rekordman Premier League v počtu vychytaných nul (202), 3x nejlepší klubový brankář Evropy podle UEFA (2004-05, 2006-07, 2007-08)

dnů, aby se hráči a týmy adaptovali. Je to tak lepší. Týmy spolu odehrály za posledních pár měsíců dostatek utkání a nemusí proto něco extra nacvičovat a řešit, jak hrát. Všichni by si s tím měli poradit.“

**A jak to bude po mistrovství světa, které končí finálovým utkáním 18. prosince, zatímco 26. prosince už se zase hraje Premier League? Může se projevit na hráčích únava?**

„Jeden z bodů, proč se ligové kluby pořád dohadují s FIFA a UEFA, jsou kompenzace kvůli přetížení hráčů. Kdo odehrál třeba 60 zápasů v sezoně, tak další čtyři utkání v červnu v sobě skrývají velké riziko, že se hráči zraní. Tím, že je MS v půlce sezony a hráči z Premier League jsou zvyklí hrát hodně zápasů, nebude to pro ně problém. Někdo třeba odehraje jen tři utkání, vypadne a bude mít tři týdny, aby se dostal zase do pohody ve svém klubu. Složitě ale bude, když se tým dostane do semifinále nebo finále, ve kterém to už nevyjde, takže případné zklamání je velké. Vstříbat zklamání a za týden nastoupit s dobrým mentálním nastavením do utkání ve svém klubu, to je složitější než fyzická únava. Ale nemyslím si, že bude problém na začátku hned po návratu. Problém přijde až v březnu, kdy hráči naskočí naplno a budou se v soustředěných dohánět termíny. Bude se hrát o titul v lize, v závěrečných kolech Ligy mistrů, a ti hráči pak budou mít hrozně našlapaný kalendář. Bude záležet, kolik hráčů z jakého týmu bude v extra zátěži na mistrovství světa. Když se debatovalo o termínu, chtěly si kluby v Premier League zachovat tradici, kdy se hraje přes vánoční svátky a Nový rok, což se podařilo. Liga se v tomto tradičním období vrátí a pro fanoušky bude důležité, že si fotbal užijí i ve svém oblíbeném období.“

**Co hlavně řešily kluby v Premier League, konkrétně i vy ještě na jaře v čase manažerského působení v Chelsea, směrem k mistrovství světa?**

„Řešilo se hlavně plánování programu pro hráče, kteří na šampionát nepojedou. Největším oříškem v celé organizaci nejsou hráči, co jedou, protože ti budou mít zatížení v zápasovém rytmu nebo tréninkovém procesu, ale vyplnit na měsíc program pro ty, kteří zůstanou. Hnacím

**„TĚŠÍM SE NA KVALITU ZÁPASŮ. TÍM, ŽE SE HRAJE V PŮLCE SEZONY A NEBUDOU PŘETAŽENÍ HRÁČI, CO BY PLETLI NOHAMA, BUDOU VŠECHNY HVĚZDY PLNĚ ENERGIE, ROZEHRANÉ.“**



U nás podzim, v Kataru vedro a dusno. I proto supermoderní arény, včetně té pro finále v Lusailu, pamatují na klimatizaci ve velkém.



FOTO: REUTERS (2x)

INZERCE



**Cesta k úspěchu vede  
přes trvalé hodnoty  
a fair play.**



**FOSFA**  
Life Science



GENERÁLNÍ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2020 - 2024



Titul mistra světa Cristiano Ronaldo i Portugalsku chybí. Dopřejí si vánoční dárek?

FOTO: REUTERS

**do Kataru nějaký manuál, dávali jste jim doporučení?**

„Nic takového jsme v Chelsea nedělali. To je plně v kompetenci národních týmů. Jakmile hráč odjede, už je řízen realizačním týmem reprezentace, který mu zajišťuje kompletní servis. Ale jsou hráči, kteří mají svoje individuální programy. A každý hráč ví, jak se co nejlépe připravit.“

**Jak velkým problémem mohou být vysoké venkovní teploty? Komu by nezvyklé klimatické podmínky mohly vyhovovat?**

„Hrál jsem kdysi přípravný zápas na klimatizovaném stadionu v Dallasu, když venku bylo 45 stupňů a na stadionu krásných asi 20. Bylo to poprvé, co jsem se s tím setkal, a většina hráčů klimatizovaný stadion ocenila. Tím, že se bude hrát na klimatizovaných stadionech, nikdo nezíská žádnou výhodu a bude záležet na momentální formě a v jakém rozpoložení se budou týmy nacházet. Klimatizace zajistí pro všechny stejné a spravedlivé podmínky. Na druhou stranu i v určitých částech Evropy bývá v létě obrovské vedro a hráči jsou zvyklí. Problém budou přechody z klimatizace ven do horka nebo opačně. To bude slo-

**32**

**V Kataru se naposledy bude hrát s 32 týmy, MS 2026 v USA, Mexiku a Kanadě už naroste na 48 účastníků.**



Karim Benzema, čerstvý držitel Zlatého míče, a další útočný zabiják Kylian Mbappé jsou největšími hvězdami obhájců titulu z Francie

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

žitě, jak to udělat, protože každý reaguje na změnu teplot jinak. Až na místě ale uvidíme reakce hráčů, co jim a týmům dělá problémy.“

**Na co se nejvíc těšíte?**

„Těším se na kvalitu zápasů. Tím, že se hraje v půlce sezony a nebudou přetažení hráči, co by pletli nohama, tak budou všechny hvězdy plné energie, rozehrané, což vidím jako obrovské plus celého turnaje. Intenzita a kvalita zápasů proto bude dobrá a bude to hrát velkou roli ve prospěch vysoké úrovně turnaje. Pro favority a týmy, které mají vytížené hráče v top ligách a hrají hodně zápasů, to bude velká výhoda, protože nebudou mít deset zavařených a unavených hráčů, ale deset rozehraných hvězd v plné síle a všichni na tom budou stejně. Turnaj bude mít dobrou energii a nasazení, protože hráči mají dostatek sil. Když se jede na MS nebo EURO po 70 zápasech na závěr sezony, hráč je vyždímáný. Přehodit se na další vrchol, strávit tři týdny přípravou se spoustou tréninků, to je pak těžké. Druhá věc je, jak komu turnaj v tamních podmínkách sedne. Ale do Kataru se přijede, hned se naskočí do akce a jede se. To vidím jako výhodu. Myslím, že bychom mohli vidět zajímavý a kvalitní šampionát.“ □



# ČESKO

vs. ČERNÁ HORA  
ENTERIA ARENA | PARDUBICE  
11/11 od 18:15



GENERÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ PARTNEŘI



GENERÁLNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



PARTNEŘI



MEDIÁLNÍ PARTNEŘI



**Tabákové výrobky jako falešný  
fenomén současného sportu**

# Nežvýkáš? Nejsi frajer!

Žvýkácí či orální tabák.  
Nikotinové sáčky. Takzvaný  
„puk“ dnes údajně zná už  
skoro každý puberták. A tak  
se ptám svého bývalého  
klienta, patnáctiletého  
hokejisty hrajícího za přední  
český klub, na jeho  
zkušenosti. Odpověď mě  
šokuje: „V šatně žvýká skoro  
polovina kluků. Občas se  
z toho někomu udělá blbě.“  
A proč to kluci dělají, zajímám  
se dál. „Je to frajeřina.“





**S**ám se tomu prý vyhýbá, nechce mít zkažené zuby. Víc o tom mladý hokejista neví. Uvědomuji si, že moje povědomí rovněž není příliš velké. A tak pátrám po dalších informacích na internetu a zjišťuji, že tyto formy tabákových výrobků jsou zde prezentované jako zdravotně méně škodlivé či dokonce prospěšné.

V tomto smyslu na mé dotazy reagují i naši přední sportovci, uživatelé žvýkacího tabáku či nikotinových sáčků. Až na jednoho mi rozhovor poskytl anonymně. Důvod? Ve finále tuší, že to vlastně není až tak správné, a neradi by motivovali mladší.

„Nikotin a zejména žvýkací tabák je se sportem spojen historicky. Například v baseballu se užívání vyskytovalo už před druhou světovou válkou. Dále se rozšířil do ostatních, nejčastěji kolektivních sportů,“ vysvětluje lékař Adam Kulhánek.

„V počátcích baseballu, kdy se hrávalo na prašných hřištích, měli hráči stále sucho v ústech. Díky žvýkání tabáku a nadprodukcii slin si mohli zvlhčovat rukavice. Doba se však změnila a my dnes víme mnohem více o negativních zdravotních dopadech žvýkání tabáku,“ dodává lékař Filip Hudeček, předseda lékařské komise českého baseballu.

Nejčastějším důvodem, proč se sportovci rozhodnou pro užívání tabáku, je, stejně jako u cigaret, navození určité euforie vznikající díky uvolnění dopaminu. Většina si ho dopřává, jak říká, na relax po výkonu. „Cítím se příjemně, v začátku se člověku až trochu zamotá hlava. Postupně je to spíše takový uklidňující efekt,“ objasňuje Jan Rohlík, bývalý hráč ragby.

Pokud se ovšem dávka nikotinu neodhadne, což není vůbec jednoduché, uživatele postihnou zažívací obtíže, spavost a celá řada negativních účinků. Stejně jako s každou drogou, tělo časem k dosažení stejného účinku vyžaduje navyšovat dávky.

„Sáčky používám před výkonem. Když si dám dva za sebou, nakopne mě to. Za mě je lehká nervozita před utkáním důležitá,“ vysvětluje reprezentantka ragby, která si přála zůstat v anonymitě.

„Zuzko, já ti mám dojem, že mi to pomáhá při střelbě,“ prozrazuje mi přední hráč basketbalu. A vzápětí dodává: „Ale možná si to jen namlouvám. Vidíš, já už mluvím jako nějaký blázen, závislák. Ano, na rovinu mu- →



FOTO: SHUTTERSTOCK.COM

sím přiznat, že se to ve mně pere. Určitá pozitiva to přináší, ale jednoznačně mi to narušuje spánek, jsem pak unavený a při tréninku se mnohem víc potím. Budu rád, když mi ten článek pošleš. Ať se vlastně dozvím, jaký to má dopad na mé zdraví,“ končíme náš rozhovor.

Už zmíněný lékař Filip Hudeček z Fakultní nemocnice u sv. Anny v Brně považuje žvýkání tabáku za škodlivější než kouření: „Přímý kontakt tabáku s ústní dutinou totiž vede k poškození sliznic, dásní, zubů, jazyka a mandlí. Toxické sliny poškozují i hltan, jícen a slinivku. Tabák je v kontaktu se sliznicí velmi dlouho, takže třicetiminutový kontakt s tabákem v ústech odpovídá vykouření tří cigaret. Škodlivé látky ze žvýkacího tabáku se podílejí na vzniku zdravotních komplikací, jako jsou nádory v oblasti úst, nádory pankreatu, krvácivost dásní, poškození zubní skloviny, ale i na rozvoji srdečně cévních onemocnění.“

Tuhle skutečnost potvrzuje i specialista kardiolog Daniel Rob: „Žvýkací tabák stejně jako klasické cigarety zvyšují riziko kardiovaskulárních chorob, tedy infarktů, mrtvic a vůbec celkové riziko úmrtí. Zda má samotný nikotin vysloveně negativní vliv na kardiovaskulární systém, nelze říct se stoprocentní jistotou.“

Poukazuje však na existenci zvířecích experimentů, které jednoznačně dokládají, že již samotný nikotin poškozuje srdce a cévy. Sportovní lékař Jiří Dostal k tomu dodává zkušenosti z praxe: „U nás jsme měli v péči několik sportovců, u nichž se po používání žvýkacího tabáku rozvinuly srdeční arytmie, které ani přes operační řešení nebylo možné utlumit.“

A tak se nemohu ubránit myšlence, zda užívání orálních forem tabáku by nemohlo mít spojitost se syndromem náhlého úmrtí ve sportu. Jak se ale dozvíám, takové studie bohužel neexistují.

Nikotin je extrémně návyková látka. Dle odborníků lze rychlost závislosti přirovnat k heroinu. Nikotinové sáčky rozhodně nejsou zdravější či lepší variantou. Obsahují čistý nikotin v koňských dávkách, jež vedou k rozvinutí extrémních závislostí, ze kterých je pak obtížné se dostat.

To dokládá i tvrzení vrcholového hráče florbalu, který si nepřál být jmenován: „Nikotinové sáčky užívám ráno hned po probuzení, po svačině, po obědě, po odpolední svačině, po večeři, před tréninkem, po tréninku, před zápasem, po zápase a před večeří. Samozřejmě si ho dám i kdykoliv během dne. Mám poměrně velkou spotřebu. Ano, jsem závislý. Užívám je čtyři roky. A v současné době již často ani žádný účinek nepocituji. Občas se mi udělá ještě špatně, rozbolí mě hlava a chce se mi zvracet. Kdybych se mohl rozhodnout zpětně, asi bych tabák užívat nezačal. Párkrát jsem se pokusil přestat žvýkat, třeba když mě

## BEZDÝMNÉ VÝROBKY

### ŽVÝKACÍ TABÁK

Nejčastěji se prodává v podobě malých sáčků, který obsahuje nařezané tabákové listy. Sáček je potřeba žvýkat a vznikajících šťáv se zbavovat odplivováním. Žvýkací tabák obsahuje téměř třicet kancerogenních látek. Tyto nebezpečné látky vznikají nejen tepelnou úpravou během výroby, ale uvolňují se i při žvýkání tabáku.

### ORÁLNÍ TABÁK

Známy i jako „snus“. Najemno namletý prášek z tabákových listů a v Evropské unii kromě Švédska zakázaný. S největší pravděpodobností jde jen o legislativní záležitost, jak u žvýkacího, tak orálního tabáku jsou popsána zdravotní rizika. Snus bývá plněn do sáčků, nebo si z něj uživatel vytvoří kuličku. Orální tabák se po vložení do úst rozpouští a není potřeba žvýkání.

### NIKOTINOVÉ SÁČKY

Nejnovější hit. Výrobci vyzdvihují absenci kancerogenních látek, ovšem lékaři rozhodně nejásají. Při výrobě se extrahuje z tabáku čistý nikotin, díky tomu sáček obsahuje až dvacetinásobnou dávku nikotinu oproti běžné cigaretě. Výrobci a prodejci nahrává fakt, že k čerstvé novince chybí odborné studie, které by dokládaly zdravotní rizika. Jejich prodej tak nepodléhá na rozdíl od tabákových výrobků nebo elektronických cigaret žádné zákonné regulaci. Koupit si je můžou i děti.

## „U NÁS JSME MĚLI V PĚČI NĚKOLIK SPORTOVců, U NICHŽ SE PO POUŽÍVÁNÍ ŽVÝKACÍHO TABÁKU ROZVINULY SRDEČNÍ ARYTMIE, KTERÉ ANI PŘES OPERAČNÍ ŘEŠENÍ NEBYLO MOŽNÉ UTLUMIT.“

JIRÍ DOSTAL

bolely zuby, byl jsem nemocný nebo mě už prostě jen štvalo, kolik do toho dávám peněz. Všechny pokusy však měly spíše jepičí život.“

Adiktolog Dušan Randák vysvětluje, že závislost má jak fyzickou složku, kdy dochází ke změnám v oblasti nikotinových receptorů, tak psychosociální složku, která se nesmí opomíjet a podceňovat, zvláště pak při odvykání. Jedná se o naučené, posléze i ritualizované a fixované vzorce chování. Jeho bohaté zkušenost ze sportovního prostředí jen potvrzují, že vložení sáčku s tabákem do úst je součástí sportovního rituálu před výkonem, který je zcela automatický a někdy zdánlivě nevědomý.

Sport přináší dlouhou řadu stresových situací. Život profesionálního sportovce lze přirovnat k práci vrcholového manažera. Pracovat pod neustálým tlakem, vyrovnávat se s neúspěchy, ale nakonec i s úspěchy, není rozhodně jednoduché. A tak vlastně není divu, že sportovec může sáhnout po drogách. Bohužel to bývá nejen krátkodobá, ale především slepá cesta.

Lékař a bývalý vynikající florbalista Rob doporučuje mentální trénink a nehledat falešné berličky. Sportovní lékař Dostal má stejně tak negativní pohled na nikotin. „Sportovec by se měl sám sebe zeptat, zdali je cesta braní návykové látky tím správným řešením jakýchkoli obtíží.“

Psychiatr Randák, specialista na závislosti s praxí ve vrcholovém sportu, dodává: „Zastánci nikotinu řeknou, že vyplavuje dopamin a přináší radost, uvolnění, jinými slovy vyzdvihují jeho přínos pro své psychické zdraví. Za tímto zdánlivě libým pocitem ale dochází například ihned k zvýšenému vyplavení a působení stresových hormonů. S rostoucí tolerancí těla na nikotin však tyto zisky postupně oslabují.“

### Slepá cesta k medailím

„Dodnes nikdo nebyl schopen prokázat pozitivní efekt nikotinu na výkon. Naproti tomu jdou informace od sportovců, jak

jim nikotin nesmírně pomáhá v mnoha ohledech. Pokud se vezmou nějaké izolované efekty, tak tam jsou pozorovány určité pozitivní vlivy, třeba na svalovou kontrakci. Ale vše je zatím takové dosti na vodě. Nemůžeme říci, že nikotin pomáhá,“ tvrdí Dostal.

„Jako sportovec a lékař si nedovedu představit, jak by mi nikotin mohl zlepšovat výkonnost. Za mě je to slepá cesta, která může výkonnost naopak narušit. Rozvoj syndromu závislosti vede k poruše koncentrace, učení, k labilním stavům,“ myslí si Rob.

„Vzhledem k tomu, že nikotin je silný stimulant, je nejčastěji užíván z tohoto důvodu. Stimulace nikotinem je ale velmi intenzivní a krátkodobá. To může mít v určitých případech při výkonu naopak negativní efekt. Pokud bude sportovci nadměrně bušit srdce, bude roztěkaný, nesoustředěný, rychle se vyčerpá,“ poukazuje adiktolog a velký nadšenec do sportu Adam Kulhánek. „Nikotin a nikotinové produkty ve sportu nepřinášejí významnější benefity. To bylo prokázáno hned několika studiemi, kdy se sportovcům aplikovaly přípravky náhradní nikotinové terapie - náplasti nebo žvýkačky.“

Jedno je jasné: kdyby nikotin významně zvyšoval sportovní výkonnost, byl by dávno na seznamu zakázaných dopingových látek.

Podle předního experta na tabákovou závislost jsou bezdýmné tabákové produkty pro děti bohužel vysoce atraktivní, a to zejména nikotinové sáčky, které se v České republice staly vyloženě „dětským“ produktem. Odborníci se jednoznačně shodují, že věk hraje zásadní roli z pohledu rozvoje závislosti a poškození zdraví.

Kardiolog Rob vyzdvihuje studie, které prokázaly, že užívání nikotinu dětský mozek ovlivňuje mnohem více než u dospělého člověka, negativně narušuje jeho vývoj. U dětí se navíc rychleji rozvine závislost, čímž se zvyšují zdravotní rizika. Bohužel se děti snadno k tabákovým výrobkům dostanou a postihy za prodej ta-

## ODVYKÁNÍ OČIMA ODBORNÍKŮ

### PROCES POSTUPNÝCH ZMĚN

„Klíčová je práce s motivací, kdy zpočátku je potřeba se podívat na zisky a ztráty v souvislosti se změnou. Teprve potom může dojít k rozhodnutí o změně chování. Co je důležité si uvědomit: změna není jednorázová, je to proces postupných změn v postojích, náhledu, vzorcích chování. Pokud s jednotlivými fázemi změny pracujeme, lze i za pomoci podpůrné farmakoterapie či prostých konzultací dojít k žádané změně.“

### MUDR. DUŠAN RANDÁK

/ psychiatr, terapeut z pražského Centra psychosomatické medicíny, léčbě závislosti se věnuje od roku 1995

### POMŮŽE I DECHOVÁ GYMNASTIKA

„Odvykání je vhodné vést v určitých fázích, zahrnující přípravu a stanovení cílů odvykání, zjišťování návyků spojených s užíváním tabákového výrobku a následně samotného odvykání. Pro zvýšení úspěšnosti odvykání je vhodné se obrátit na odborná poradenská centra. Základem odvykací strategie jsou nefarmakologické postupy, které pomohou vyrovnat se s touhou po nikotinu. Odvykajícím se doporučuje častější čištění zubů, dostatečný příjem tekutin, vědomé dýchání a dechová gymnastika a také náhražky pro orální aplikaci.“

### MUDR. FILIP HUDEČEK

/ lékař brněnské svatoanenské nemocnice a předseda Lékařské komise českého baseballu

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



## ŠÍŘITELÉ OSVĚTY V ČESKÉM SPORTU

### MUDR. FILIP HUDEČEK,

předseda Lékařské komise českého baseballu:

„Od roku 2019 jsme zahájili osvětovou kampaň s cílem upozornit na negativní dopady žvýkání tabáku. Zpracovali jsme strategii, jejíž součástí byl například okamžitý zákaz pro členy realizačních týmů užívat v dresech na veřejnosti návykové látky včetně žvýkacího tabáku.“

### MARTIN ZOZULÁK,

generální manažer florbalového klubu Sokoli Pardubice:

„Žvýkácký tabák je téma, které jsme velmi intenzivně řešili v loňském roce v naší klubové kampani s názvem NEŽVÝKEJ. Ze žvýkacího tabáku se stává fenomén dnešní doby a my jsme přesvědčení, že je to špatně a je potřeba s tím něco dělat. Naše kampaň měla za cíl informovat o škodlivosti tabáku, protože máme pocit, že se o tom mluví velmi málo. V současné době je v podstatě normální, že si hráči s sebou na trénink nebo zápas berou krabičku s tabákem. Nikdo to moc neřeší, většinou trenérů to nevadí, nebo tu krabičku s tabákem mají u sebe i oni. Bohužel je to vidět i u slavných sportovců, kteří mají velký vliv na děti, a velmi těžko se pak vysvětluje mladým klukům, že žvýkat tabák není úplně v pořádku, když to vidí u svých vzorů, kteří se tím nijak netají a jsou schopni si pytlíčky s tabákem měnit i v průběhu zápasu na střídačce.“



Tvář plná žvýkacího tabáku rozhodčího Alfonsa Marqueze při utkání Major League Baseball mezi Chicago White Sox a Pittsburgh Pirates. V zámoří nic neobvyklého.

FOTO: PROFIMEDIA.CZ (3x)

bákových výrobků dětem a mladistvým jsou směšné.

Nehledě na fakt, že nikotinové sáčky jako nejnovější produkt nejsou v Česku zatím dostatečně regulované a doposud u nich není stanoven zákaz prodeje do 18 let.

Psychiatr Randák poukazuje na skutečnost, že vzory prostě táhnou. „Na mladé sportovce mají starší kolegové jednoznačný vliv. Pokud budou prezentovat své užívání tabáku jako nekuřáctví, tak vlastně předávají informaci, že nikotin je v jiné formě v pořádku,“ říká. „Společenská role je také neoddiskutovatelná. Pokud užívání patří v některém sportovním týmu ke vstupence do tohoto klubu, jinými slovy klubu vyvolených, potom se chování hráče může přizpůsobit tomu, co je normou.“

Obdobného názoru je rovněž doktor Kulhánek: „Pro děti a dospívající hráči klíčovou rolí takzvané role models, tedy autority, které děti uznávají a podle kterých formují své postoje a chování. Všichni tito aktéři mají významný vliv na budoucí chování dětí a také na jejich zdraví a kvalitu života.“

Statistiky, které by monitorovaly užívání orálních bezdýmných tabákových výrobků u českých sportovců, neexistují. Odborníci se však shodují, že tyto produkty se mezi sportovci velmi rychle rozšiřují. To mi potvrzují i samotní sportovci. Doktor Kulhánek z 1. LF UK a VFN

poukazuje na letošní výzkum jedné ze studentek, který se zaměřil na užívání nikotinu mezi hráči amerického fotbalu a hokeje.

Přestože se jedná o absolventskou práci, kdy šetření bylo provedeno na malém vzorku respondentů, výsledky jsou alarmující a naznačují významně vyšší míru užívání mezi sportovci než v běžné populaci. Dle této studentské studie vyzkoušelo žvýkácký tabák 57 procent dotázaných fotbalistů a 50 procent hokejistů. Třetina oslovených hráčů amerického fotbalu a 36 procent hokejistů uvedlo, že užívají žvýkácký tabák denně.

„Prevence je zásadní a nesmí se nikdy podceňovat. Obecně bychom měli podporovat a oceňovat zdravé chování dětí a kultivovat jejich silné stránky. Také akceptovat to, že děti v dospívání testují hranice a přirozeně experimentují i se zakázaným ovocem. Klíčové je jít dětem tím nejlepším příkladem, edukovat je a provádět je dospíváním. A když někde škobrtnou, vyslechnout je a být jim oporou,“ zdůrazňuje Adam Kulhánek, vedoucí Centra pro výzkum a prevenci užívání tabáku.

„V USA je to asi ještě větší problém než u nás,“ upozorňuje Filip Hudeček, předseda lékařské komise českého baseballu. „Jednak je tento jev součástí jejich nehlubších kořenů. Někteří hráči a manažeři argumentují, že jim nikdo nemůže zakazovat užívání legální substance.“

I přesto se v Americe podařilo zakázat žvýkací tabák už na šestnácti ze třiceti stadionů v nejvyšší lize a na všech stadionech nižších profesionálních soutěží. V současnosti stále užívá žvýkací tabák kolem třiceti procent hráčů MLB, nicméně nově příchozí již mají díky kolektivní smlouvě mezi hráči a majiteli ve své hráčské smlouvě zákaz žvýkání.“

## Závěrem

Tušila jsem, že žvýkací tabák a nikotinové sáčky jsou populární mezi sportovci a mým cílem bylo na tuhle skutečnost poukázat. Ale až při sběru materiálu pro tento článek jsem si uvědomila závažnost této reality.

Ano, můžeme argumentovat, že vrcholový sport není a asi nikdy nebude zrovna zdravý prospěšný. Nicméně děti a mladí sportovci by si rozhodně neměli zdraví poškozovat a sport by měl naopak vést k budování zdravých návyků a upevnění zdraví.

Nejvíce šokující pro mě bylo zjištění, že nikotinové sáčky s dvacetinásobným obsahem nikotinu, než má cigareta, si každé dítě může legálně zakoupit.



V baseballu se žýkal tabák už před druhou světovou válkou

## RADA TRENÉRŮM A RODIČŮM

„Je možné sledovat, zda děti nemají tyto produkty u sebe. Je to ale prvek kontroly. Užívání porcovaného tabáku je charakteristické výrazným sliněním a také tabákovým zápachem z úst. Pokud by rodič či trenér toto podezření měli, je dobré si s dítětem otevřeně promluvit. Ne formou výslechu a represe, ale na bázi důvěry a partnerského rozhovoru. Například se ptát, jak to mají kluci v týmu se žvýkacím tabákem a nikotinovými sáčky, co dítě na těchto produktech láká, co mu přináší. Jestli naopak dítěti na těchto produktech něco vadí. A pak objektivně, bez nadměrného strašení, pojmenovat rizika užívání.“

### DR. ADAM KULHÁNEK

/ vedoucí Centra pro výzkum a prevenci užívání tabáku z Kliniky adiktologie  
1. LF UK a VFN

## MOJE ROZHODNUTÍ, MŮJ ŽIVOT

Je jediným sportovcem, který vyskočil z anonymity a nebál se zveřejnit vlastní zkušenosti uživatele tabáku. Jan Rohlík, bývalý reprezentant a současný asistent trenéra národního mužstva sedmičkového ragby.

### Jakou formu tabáku užíváš?

„Když jsem začínal se žvýkáním, užíval jsem klasický žvýkací tabák, ale vadilo mi, že tabák pouští šťávu v kombinaci se slinami a musí se odplivávat. Poslední rok se na trh dostaly nikotinové sáčky. Jejich hlavní výhodou je, že by neměly dlouhodobě špinit zuby, což normální tabák dělá. Postupně jsem tedy přešel na tuto variantu žvýkání.“

### Proč ses rozhodl užívat žvýkací tabák?

„Úplně poprvé jsem se setkal se žvýkacím tabákem, když jsme hráli mezistátní utkání ve Švédsku. Na pozápasové recepci s domácím týmem jsem jeden sáček dostal od švédského



reprezentanta a přišlo mi to zajímavé.

První zkušenost byla špatná, přivodil jsem si klasickou otravu nikotinem. Po určité době mě k tabáku opět přivedl jeden kamarád ve fitku a začal jsem tabák užívat pravidelně.“

### Řekl bys, že jsi na něm závislý?

„Určitě ano.“

### Co ti to dává a co ti to bere?

„Dává mi to určitě pocit, že jsem celkově klidnější. Bere... No, nemusíme si nic nalhávat, určitě žvýkání není zdravé a nikotin je ve své podstatě legální droga nebo látka, která pravidelným užíváním způsobuje závislost.“

### Věnuješ se ragby stále aktivně?

### Myslíš, že ti to pomáhá či pomáhalo ve sportu?

„Věnuji se ragby aktivně jako trenér, nikoliv už jako hráč. Jako hráč jsem neměl pocit, že by to mojí výkonnosti pomáhalo ani škodilo. Jako trenéra mě to uklidňuje.“

### Lituješ někdy, že jsi s tím začal?

### Přemýšlel jsi, že bys s tabákem skoncoval?

„Nelituji, bylo to moje rozhodnutí a je to můj život. Myslím, že by bylo rozumné jednou s tím přestat, a asi to není úplně zdravé. Zatím s tím přestat nechci.“

## Jelikož působíš zároveň jako trenér, jak se na to díváš u svých svěřenců?

„Moji svěřenci taky žvýkají a má zkušenost je taková, že to sportovní výkony na hřišti nijak neovlivňovalo. Beru to jako u sebe: je to jejich život, tedy jejich volba. Nutno podotknout, že trénuji již plnoleté kluky, v případě dětí a mládeže bych měl určitě tendenci řešit to.“

### A co mladí sportovci? Co bys jim vzkázal, pokud o tom uvažují?

„Pokud nejsou plnoletí, určitě nejsem pro je v tom podporovat. Snad jen, ať to opravdu velmi dobře zváží. Je to sice legální látka, ale vzbuzuje závislost. A bez diskusí a do života nedospělého člověka a sportovce to nepatří. V případě dospělých hráčů už můj názor znáš.“

### Jako jeden z mála se nebojíš vyjádřit se pod svým jménem. Myslíš, že se za to sportovci stydí?

„Nemyslím si, že se za to stydí. Žvýkací tabák nebo nikotinové sáčky jsou ve sportech hodně používány. Určitě si myslím, že by byla vhodná osvěta, pro mládež a mladé sportovce. Aby jim bylo vysvětleno, co všechno to pro ně i po fyziologické stránce může znamenat. V momentě, kdy už jsou dospělí, je to jejich volba a odpovědnost.“

Vojtěch Menšík



# Pravda leží na hřišti

Český baseball zažil v září velký třesk. Národní tým uspěl v kvalifikaci World Baseball Classic v Regensburgu a poprvé v historii postoupil na závěrečný turnaj, který je přehlídkou největších světových es. Češi po prohře se Španělskem zdolali Francii, Německo a v rozhodujícím duelu vrátili Španělům porážku z úvodu turnaje. Trenér Pavel Chadim se rozpovídal o cestě, která k nečekanému úspěchu vedla.

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

## **J**ak významný je postup českého týmu na finálový turnaj World Baseball Classic?

„World Baseball Classic (WBC) je zjednodušeně řečeno profesionální mistrovství světa pořádané organizací Major League Baseball. Právě MLB je nejsledovanější sportovní soutěží na světě a za ní následuje Nippon Baseball League, protože v Japonsku je baseball obrovský fenomén. Teprve šestá v žebříčku, za NHL nebo NBA, je fotbalová Premier League. Náš úspěch je něco podobného jako po-

stup Viktorie Plzeň do Ligy mistrů: není to nemožné, ale málokdy se to stane. Mám radost. Když jsem přebíral národní tým, pojmenoval jsem tři naše cíle. Prvním bylo právě WBC, ale nazval jsem to show, protože nikdy nevíš, kdo proti tobě nastoupí. A ta neuchopitelnost je pro mě sice lákavá, ale těžko se dávají reálné cíle. Nemohli jsme vědět, jestli za Španělsko nebude hrát půlka kubánské reprezentace. Z trenérského hlediska je to neuvěřitelná šance, ale na druhé straně riziko patřící k týmovému sportu, což je kolek-



BASEBALLOVÝ TRENÉR

## PAVEL CHADIM

**Narozen:** 8. 7. 1971

**Hráčská kariéra:** převážně Draci Brno (10 titulů v řadě, bronz v PMEZ 1997), reprezentant (1990-2001)

**Trenérská kariéra:** praxe od roku 1993, nejvyšší baseballová licence Master, stáže v USA, Japonsku, Anglii nebo Itálii, trenér reprezentačních týmů U18, U21, U23 a A-týmu, výběru Jižní Moravy a na klubové scéně u Draků Brno.

**Největší úspěchy:** historický postup na World Baseball Classic (2022), 5. místo na MS U23 na Těchově (2014), stříbro na ME U23 a postup na MS 2018 (2017), první titul mistrů Evropy U21 (2010), 3x Trenér roku ČBA (2010, 2013, 2017)



tivní sounáležitost. Nikdy nevíš, jestli se kubánský hráč, který má po prababičce španělské kořeny, se svým týmem dostatečně dobře prolne. Pro mě to proto byla show a беру ji jako dar na naší cestě k domácímu mistrovství Evropy, případně k hlavnímu sportovnímu vrcholu, za který považují Premier 12, neboli amatérské MS – všichni hráči musí být občany dané země. Jsme samozřejmě strašně rádi, protože čichnout do tohoto komerčního prostředí, kdy při vstupu dostáváš kompletní vybavení, peníze za hraní, kdy tě sledují televize a fanoušci, je strašně krásné a lákavé. Ale je potřeba být jako hráč i trenér trochu vyzrálý, abys tomu pozlátku moc nepodleh. Ukazuje se ale, že se stejně nejvíc prosazují ryzí sportovci. Od kapitána amerického týmu Mika Trouta až po Aarona Judge, který teď zlomil rekord v počtu homerunů za sezonu a je lídrem New York Yankees. Jsou to skuteční sportovci, ale pro všechny hráče to není úplně srozumitelné. Stačí se podívat, kolika sportovcům se zatočí hlava, a neunesou tlak, když dostanou velké peníze nebo trochu slávy.“

**Na úspěšné kvalifikaci WBC v Regensburgu se podílel i široký realizační tým, který v českém baseballu neměl obdoby. Jak se tým vytvářel?**

„Náš realizační tým bych rozdělil na užší a širší. Užší tým je řekněme standardní, v němž nás bývá šest až sedm.

## „NÁŠ ÚSPĚCH JE NĚCO PODOBNÉHO JAKO POSTUP VIKTORIE PLZEŇ DO LIGY MISTRŮ: NENÍ TO NEMOŽNÉ, ALE MÁLOKDY SE TO STANE. MÁM RADOST.“

Jeden se stará o nadhazovače, další o pálkaře, o polaře. Pak máme jednoho všeobecného kouče, který má na starosti i technické věci. A na turnaji jsme ještě měli fyzioterapeuta a psychologa. Ti všichni tvoří nejužší realizační tým. Širší tým jsme využívali v určitých momentech během sezony. Přicházel jsem k týmu v lednu 2021, ale o nástupu jsem věděl o půl roku dřív, mohl se na všechno víc připravit a hledat lidi, kteří by nám mohli pomoci. Zaměřil jsem se na sport, který je nám nejbližší, protože vychází z podobných vysokoškolských kořenů jako baseball a nebývale se prosadil

i v českých podmínkách, a to je basketbal. A tak jsem se vydal na Českou basketbalovou federaci, kde mi její sportovní ředitel Michal Ježdík věnoval velké množství času. Podrobně mě seznámil se strukturou reprezentací, vzděláváním, talentovým programem i realizačním týmem u národního mužstva, kde využívají několik specialistů včetně neurovizuálního poradce, experta na výživu, psychologa, kondičního trenéra. Tím vším jsem se nechal inspirovat a prakticky všechno jsem se snažil přenést i do našeho realizačního týmu. Netajím se tím, že není třeba vymýšlet, co už bylo vymyšlené, ale stejně rozhoduje, jak se všechno propojí. Proto naprostá většina úspěšných trenérů nic netají a věří v no secrets. Neříkat nic a nesdílet informace беру jako krátkozrakost, protože jak dané věci použiješ a propojíš, k tomu už musíš najít klíč sám. Proto mě baví komunikovat s lidmi, kteří jsou chytrí, a rád se jimi nechávám inspirovat. Pozice jsem jen doplnil o konkrétní odborníky, na které jsem dostal dobré reference a kontakty. Na výživu jsme na doporučení využili Zuzanu Šafářovou, byl s námi psycholog Dušan Randák. Svého času jsem rozjel mládežnický program pro nadhazovače a catchery, kde jsem se spojil s kondičním trenérem Radimem Jeřábem, který věří kinetickým řetězcům, a zaměřujeme se na dynamickou sílu hráčů. Jsme sportem čísel a v tomto směru nám pomohl Jiří Vlach, který založil systém statistik celé české ligy a pomáhá nám se scoutingem našich týmů i soupeřů. Společně jsme řešili v posledních dnech i Američany z MLB s českými kořeny, které dohledal, a mohli by nám být prospěšní. A nesmím zapomenout na fyzioterapeuta Joea Truesdala a také Filipa Hudečka, mj. kapitána mistrů ligy Draků Brno z roku 1995, ale hlavně ortopeda. V Evropě výrazně přibývá operací ramen a loktů, takže je důležité správně diagnostikovat a hledat vhodné postupy, protože jeden špatný zásah může sportovci dlouhodobě ublížit.“

**Realizační tým jste měli. Jak jste vybírali hráče? Jaké vlastnosti jste u nich hledali?**

# 14

**Čeští baseballisté stojí aktuálně na čtrnáctém místě světového žebříčku. Vede Japonsko před Tchajvanem, Koreou, Mexikem, USA a Venezuelou. Z Evropanů jsou výjimeční jen osmí Nizozemci.**



Martin Schneider

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



Petr Zýma

INZERCE

„První bylo vytvořit tým, pak program na celý rok a na závěr jsme vybírali konkrétní hráče. Chtěli jsme změnit některé věci. Začali jsme lednovým teambuildingem pod Pradědem a měli užitečné jarní soustředění na Tenerife. Lobbovali jsme za silnější soupeře na Pražském baseballovém týdnu, aby přijely týmy Top 20 světového žebříčku a měli jsme tak kvalitní konfrontaci. To byly pro nás v přípravě klíčové věci. A potřeboval jsem hrát před kvalifikací na WBC s týmem, přes který jsme se mohli dostat na finálový turnaj. Proto jsem chtěl, aby v Praze hrálo Španělsko, což se nám i podařilo. Věřili jsme, že když dobře poznáme soupeře, budeme mít větší šanci přes něj přejít v klíčových zápasech. Měli jsme už realizační tým i plán, co všechno chceme s hráči dělat. Pak přišla řada na výběr hráčů. Určili jsme si tři klíčové vlastnosti, které u talentovaných hráčů hledáme – charakter, vášeň a píle. Charakter pro mě znamená, že když se nedaří, tak hráč nehledá problémy jinde, ale začne u sebe. Za vášeň s lehkou nadsázkou považuji stav, kdy se ráno člověk probudí a myslí



# MŮJ PRVNÍ GÓL



ŠKOLA V POHYBU



VÍCE INFORMACÍ NA [WWW.MUJPRVNIGOL.CZ](http://WWW.MUJPRVNIGOL.CZ)

na baseball. Píle pro mě představuje obětování svého času ve prospěch tréninku a zlepšování s tím, že hráč nežije jen ze svého talentu.“

**Vždycky je důležité, aby tým měl správnou chemii. Jak jste ho ladili po mentální stránce?**

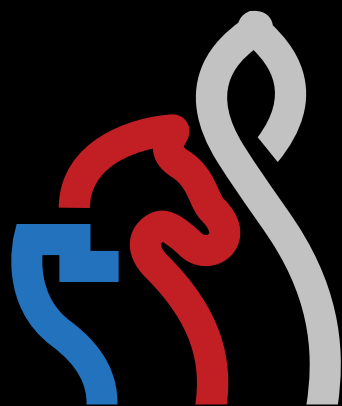
„Spolu s dalšími trenéry jsme vytvářeli během našich životů přes 30 různých týmů a snažili se využít všechny naše zkušenosti. Na prvním místě je mít člověka, za kterým bude tým stát a který by se ve prospěch týmu rozdal na úkor osobních ambicí. A tím je kapitán Petr Zýma. Celou jeho osobnost, a znám ho od jeho mládí, vystihuje slovo chrabrost. Zdobí ho statečnost, odvaha a sebeobětování. Druhý klíčový člověk je lídr, který táhne tým na hřišti ve všech jeho složkách – obrana, nadhazování, pálení. Takovým hráčem je náš neuvěřitelný catcher Martin Červenka. Ovlivňuje nadhozy a posiluje psychiku nadhazovačů, kteří jsou pro hru klíčoví. Jako catcher se velkou měrou podílí na kvalitě obrany týmu, běžci soupeře se nemohou jednoduše pohybovat po metách. V útoku pálí jako čtvrtý pálkař, tak-



Martin Červenka

zvaný cleanup hitter, silový pálkař. Ale hlavně je to člověk, který se nevzdává a nenávidí porážky. Za svůj život jsem si zapamatoval tři lidi, kteří nesnáší porážky možná i víc než já, a já jsem v tomto směru hodně nemocný. (smích) Do této trojice patří Martin, jeho bratr Marek, který nám v roce 2014 pomohl na Tchaj-wanu k pátému místu na MS do 23 let, a Martin Schneider. Následně hledáš nadhazovače a na závěr zbytek týmu, ale tím nechci nikoho urazit, protože každý hráč je důležitý. Tým se tvoří sice během celého roku, ale také většinu kluků znám přibližně od jejich 12 let. Je důležité, jak se hráči daří v přípravných utkáních a sladí se s týmem. Hráli jsme 15 přípravných utkání, což není malý počet. Hráči si vytvořili hierarchii a podle toho, jak se komu daří a je prospěšný týmu, tolik také dostává příležitosti. Chemie se vytváří na hřišti a já věřím, že pravda vždy leží na hřišti. Stane se, že nějaký kluk byl předloni skvělý, ale teď je každý druhý start strike-out a ztratí důvěru týmu. Na jedné straně je tým strašně krutý, ale na druhé spravedlivý. V normálním životě se často sklouzává →

INZERCE



# FANSHOP

## Šachového svazu České republiky



... další šachové dárky  
nakoupíte na  
[www.chess.cz](http://www.chess.cz)

## „SPORT JE VÁLKA A PLATÍ V NÍ STEJNÁ PRAVIDLA. MUSÍŠ SE STÁT VOJÁKEM A JE JEDNO, JESTLI JSI PĚŠÁK, NEBO STOJÍŠ V HIERARCHII NĚKDE VÝŠ, V ZÁKOPECH UŽ JSOU VŠICHNI SPOLU.“

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



Pavel Chadim a po jeho pravici národní tým při poslechu české hymny před zásadním zápasem s Francií na kvalifikaci v Regensburgu

ky tomu, že funguje něco za něco. Ale v týmech ne, tam platí teď, nebo nikdy. Ale když tě tým vezme dovnitř v turnaji, už tě nezradí. Sport je válka a platí v ní stejná pravidla. Musíš se stát vojákem a je jedno, jestli jsi pěšák, nebo stojíš v hierarchii někde výš, v zákopech už jsou všichni spolu. A ke správné týmové chemii je třeba se společně probojovat.“

### V klíčovém postupovém utkání jste porazili 3:1 Španělsko, s nímž jste v základní části prohráli 7:21. Co bylo nejdůležitější?

„To, že vás soupeř poráží, neznamená, že je automaticky nepřijemným soupeřem. Španělsko bylo a je pro mě příjemným soupeřem a snažili jsme se jim během celého roku dostat do hlavy. Naši hráči jsou zdravě sebevědomí a taková prohra s nimi už nezatřese. Cílem první části kvalifikace v Regensburgu bylo dostat se z víkendu (první dva zápasy jsme hráli o víkendu, dvě porážky znamenají konec) a mít šanci projít dál. Kdo baseball zná, tak viděl, že utkání se Španělskem jsme prohráli v podstatě jen 7:9, kdybychom vynechali jednu jejich mimořádnou dvanáctibodovou směnu a vynechala se jedna chyba ve druhé směně, kdy Marek Minařík přehodil druhou metu. Mohli

jsme být i ve vedení 7:5, ale nestalo se a je zbytečné se tím zabývat. Pomohlo nám, že jsme v závěru utkání udělali šest bodů, hlavně hráčům, že oni byli těmi důležitými aktéry. Na týmovém mítinku jsme hráčům zdůraznili, že nikdo nemohl čekat, že turnaj bude jednoduchý. Také byla řeč o tom, že v systému turnaje je jedno, jestli prohrájeme o dvacet, nebo o jeden bod. Ale kdyby nezažili své vlastní vzkříšení, bylo by to daleko složitější. Přestože si jako trenéři můžeme říkat, co jsme ovlivnili, z pohledu bývalého hráče jim nejvíc pomohlo, jak se sami zvedli, dostali do sebe sebedůvěru a viděli, že to jde. Každý tým zahrál na turnaji lepší druhé utkání. Španěle těsně vyhráli s Jižní Afrikou a tím už měli za sebou první zkušenost. Přece jen přijít na vysněné profesionální Major League hřiště není snadné. Cítil jsem z našeho týmu, že jdeme Španěly porazit, když měli nervózní utkání s Jižní Afrikou. Bylo mi ale jasné, že první nervózní utkání teď budeme mít i my, což se také stalo. Na turnajích v kolektivních sportech to ale bývá běžné.“

### Jaký nejtěžší moment jste museli na turnaji překonat?

„Momenty byly asi dva. V utkání s Francií, kdy jsme za sebou měli prohru

se Španělskem a bylo to utkání o všechno. Dostalo se nám do hlavy, že bychom se nemuseli dostat z víkendu do dalšího pokračování turnaje. Vedli jsme 2:0 a v páté směně Lukáši Ercolimu, který skvěle začal, docházely nadhozy a bez autu pustil prvního a druhého pálkaře na mety. I když jsme v útoku měli převahu a hráli dobře, bodů jsme měli málo. A na francouzské lavičce všechno pečlivě sledoval kouč Bruce Bochy, trojnásobný vítěz Světové série se San Francisco Giants, který v těchto dnech podepsal smlouvu s Texas Rangers. Nás v ten moment uklidňovalo, že jsme do hry poslali nadhazovače s nejlepšími polářskými schopnostmi, Martina Schneidera. A on to skutečně zvládl. A druhá situace byla na začátku zápasu s Němci, kdy nám dali v první směně tříbodový homerun a vedli 3:0. Bylo to velmi těžké, ale zvládli jsme to.“

### Jaké máte ambice směrem k březnovému finálovému turnaji WBC v Tokiu, na němž se český tým utká s Čínou, Japonskem, Koreou a Austrálií?

„Pro mě je cílem vyhrát utkání. Budeme hrát čtyři a každé bude mít v sobě koncentrovanou náročnost celého kvalifikačního turnaje v Německu. Když vyhrájeme utkání, měli bychom dostat pozvání přímo do hlavní soutěže za další čtyři roky. Hlavní turnaj World Baseball Classic proto beru i jako investici pro další generace. Jestli se nám podaří vyhrát utkání, teprve pak můžeme přemýšlet nad dalšími cíli. V kvalifikaci jsme uspěli i díky mládeži. Byli jsme nasazeni v rankingu na 14. místě a mohli jsme proto hrát v Regensburgu až v sobotu. Mládežnické reprezentace žáků, kadetů, juniorů i U23 totiž uhrály na velkých akcích vysoký koeficient, díky němuž jsme hráli o utkání méně. Hrát o utkání víc, nemuselo by to vůbec vyjít. Proto se dívám s vděčností a respektem na naše mládežnické reprezentace. Systém, který započítává i výsledky mládežnických kategorií, je mi velmi blízký a sympatický, a nejen proto, že nám teď pomohl. Velmi mě pozitivně nabíjí, když se můžeme dívat dopředu a neřešit jen to, co se děje teď a tady.“



# Proč je Roger Federer tak legendární?



## MICHAL BARDA

házená / bývalý reprezentant, trenér a olympionik



„Roger Federer je legendou, protože v nesmírně konkurenčním prostředí svého oboru patřil neuvěřitelně

dlouhou dobu mezi nejlepší na světě. A dokázal to s šarmem, zdánlivou lehkostí a jako pravý gentleman. Jeho vystupování bylo vždycky vzorem a působil tak trochu jako monument z jiné doby. Byli jsme prostě zvyklí, že je tu s námi a všechno je v pořádku. Přijdou noví skvělí hráči a fanoušci se z nich zase budou těšit, ale svět tenisu bez Federera už nikdy nebude jako dřív. Slzy na kurtu i v hledišti při zářijové rozlučce v Londýně naznačily, jak moc bude všem král Roger chybět.“

## KEN WAY

britský sportovní psycholog



„Všichni obdivujeme Federera za jeho herní styl (nádherné

úder, pohyb a taktická chytrost a vyzrállost), ale měli bychom obdivovat i jeho neuvěřitelnou duševní stabilitu – schopnost zůstat konstantně klidný a nfrustrovaný, i když se pro něj hra nevyvíjela dobře. Jeho nejbližší konkurenti jen zřídka projevovali takovou úroveň emoční kontroly. Je to lekce, která potvrzuje staré čínské přísloví: Ovládej své emoce, nebo ony ovládnou tebe.“

## KLAUS ZAUGG

renomovaný švýcarský reportér, fejetonista, analytik



„Roger působí skromně, neřídí luxusní auta, je

rodinný typ, je přátelský, mluví také naším druhým národním jazykem a nezbuzuje závist. A protože se drží stranou politiky, je oblíbený ve všech společenských vrstvách – Mister Perfect. A pak samozřejmě jeho grandiózní úspěchy! Pro to vše je největším švýcarským sportovcem všech dob.“





FOTO: REUTERS

### JAN JAROCH

redaktor deníku Sport, jako novinář se zúčastnil více než 50 grandslamových turnajů



„Drtivý forhend, pohyb baletního mistra. Ve Federerově podání vypadal tenis, ten nesmírně

koordináčně náročný sport, jednoduše. S takovou lehkostí a elegancí ho hrál. Já si ho však budu navždy pamatovat pro jeho vystupování mimo kurt. Měl jsem to štěstí s ním dělat několik rozhovorů, ať po telefonu, nebo z očí do očí. Člověk má z takové legendy respekt, on je však tak milý a bezprostřední, že se v jeho přítomnosti cítíte skvěle. Pozdraví, zavtipkuje, i na sebenudnější otázku odpovídal se zaujetím. Jestliže na sobě museli jeho rivalové dřít, aby měli šanci, mám pocit, že dělal lepšími i lidi, s nimiž se setkal. Alespoň tak si ho budu pamatovat.“

### MICHAEL SUTER

házená / hlavní trenér mužské reprezentace Švýcarska



„Jak napsat o Maestrovi jen pár řádek? Právě teď, kdy o něm po jeho emocionálním odchodu píší všichni a navzájem jeden od druhého opisují? To není snadné a musí

to být něco osobního, protože všechno ostatní o něm už všichni vědí. Snad příhoda, kterou mi vyprávěl můj blízký přítel z dětství, který žil patnáct let v Austrálii a často pendloval do Evropy a zpět. Ve VIP salonku letiště v Melbourne jednou potkal Rogera Federera, jenž se právě vracel z úspěšného Australian Open. U občerstvení se dali do řeči a najednou z toho byla dvouhodinová diskuse, jako by nebylo žádné zítra a jako by se znali už odmala. Seděli, povídali si o všem na světě, okolo nich si jako na nějaké rodinné oslavě spolu hrály a pobíhaly jejich děti. Takový byl. Nestrojeně přirozený a pořád nohama na zemi, přístupný pro všechny navzdory úspěchům a slávě, které jsou pro mnohé nedosažitelné. Ze setkání mimochodem nevzniklo žádné selfie ani autogram, nic takového. Prostě jen trvalá lidská vzpomínka a vědomí, že Roger Federer vždy byl a zůstává jedním z nás.“

### ZDENĚK HANÍK

místopředseda ČOV, předseda České trenérské akademie



„První, co mě hned napadá, je oblíbený citát z pera Dostojevského: Krása spasí svět. Každého

okouzlovala elegance herního stylu Rogera Federera, prostě pěkně se na něj koukalo. Ve své hře totiž spojoval sportovní mistrovství s krásou. Přivedl tenis k dokonalosti souladu obsahu a formy. Přestože měl problematické mládí, což každý neví, legendární je pro mě zadržet v tom, že vykvetl z talentovaného a neřízeného vzteklouna v pravého gentlemana, který byl vzorem pro celý sportovní svět. A zatřetí uměl v době své největší slávy zvládat vyhořelé fáze důležitých zápasů. Podtrženo a sečteno, radím ho vedle Pelého, Jordana či Gretzkyho do galerie vyvolených.“

INZERCE

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

HRDÝ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2001 - 2024

**FANDÍME S VÁMI**

18+ POUZE PRO STARŠÍ 18 LET  
www.napivosrozumem.cz



## JAN MÜHLFEIT

bývalý Prezident Microsoft pro Evropu, kouč top manažerů, olympioniků, umělců a autor bestsellerů Pozitivní Leader a Odemykání dětského potenciálu



„Roger Federer je nejen tenisová legenda, ale patří i k nejúspěšnějším sportovcům, kteří kdy chodili po naší

planetě. Je zajímavé, že tenis nezačal hrát ve velmi útlém věku, ale až od 8 let, přičemž se díky rodičům věnoval dalším sportům, jako jsou basketbal a fotbal, z čehož později vycházely jeho velká obratnost a skvělá práce nohou na kurtě. V mládí měl problémy s chováním při zápasech, a to, jakého Federera známe dnes, je úplně něco jiného než v minulosti. Nicméně to se všechno změnilo právě díky velkému mentálnímu poutu a lásce k tenisu. Díky tomu se často dostával během zápasů do takzvané zóny (flow), v níž lidé podávají optimální výkon a v níž podle studie společnosti McKensie mají 500% lepší produktivitu, o 400% jsou kreativnější a o 450% se rychleji učí. V zóně (flow) se vylučuje hormon endorphin, který je 100x silnější než morfium a zabraňuje tak bolesti a únavě, také díky tomu se Federerovi dlouho vyhýbaly. Díky velké mentální odolnosti byl Federer schopen hrát soupeřův mečbol, jako kdyby to byl první míč zápasu, měl o 25% rychlejší druhé podání než konkurenti a naběhal toho během utkání o jednu třetinu méně než soupeři. Z řeči jeho těla či výrazu obličeje nešlo poznat momentální skóre a Federer je skvělým příkladem toho, že šampion se cítí jako vítěz, i když momentálně prohrává, což dokázal mnohokrát, když otáčel téměř prohrané tenisové bitvy. Federer byl osmnáctkrát za sebou zvolen fanoušky nejoblíbenějším hráčem a díky chování opravdového gentlemana je vyhledáván mnoha sponzory po celém světě. Roger Federer byl, je a po ukončení aktivní kariéry i nadále bude velkým vzorem pro mnoho sportovců, ale i hodně lidí mimo sport.“

## LUCIE ŠAFÁŘOVÁ

tenis / bývalá profesionální hráčka, 5 deblových titulů na grandslamech, finalistka French Open v singlu



„Za mě to není pouze proto, že vyhrál mnoho turnajů, grandslamů a jak dlouho byl světovou jedničkou, jak úžasné zápasy odehrál s Nadalem, Djokovičem nebo Murraym, tedy se špičkou, která se v jeho době na vrcholu pohybovala. Bylo krásné se na to koukat. Pro mě je Roger legenda hlavně tím, s jakou jednoduchostí tenis hrál, vlastně ještě hraje, a jak u toho elegantně vypadal. Jeho tenisová technika je ve všech úderech naprosto dokonalá, i proto byl naprosto ekonomický. Když ho člověk srovnal s Nadalem nebo i s jinými hráči, dá se říct, že ti se při hře mnohem více nadřeli. Roger trefoval úder naprosto čistě, bylo krásné se na něj dívat. Za mě je legendární právě úderovou dokonalostí, kterou měl a má.“

## JAN PECHA

tenis / vedoucí trenér Tenisové školy I. ČLTK Praha, metodik ČTS a PTS



„Podle mého názoru je výjimečnost Rogera Federera spojena nejen s počtem velkých titulů a „optimální“ kombinací faktorů ovlivňujících sportovní výkon – pohybových předpokladů, psychických vlastností, taktického myšlení nebo somatotypu. Jeho tenisový styl, založený na aktivním pojetí hry, je spojením umění a elegance. Jeho tenis se vám prostě líbí! To vše je umocněno jeho vystupováním, charakterem, vkusem, životním stylem, jazykovou vybaveností nebo mimosportovními aktivitami. Například společně s matkou založil nadaci Roger Federer Foundation na pomoc znevýhodněným lidem a pro propagaci sportu. Z marketingového hlediska dotváří značku Roger Federer také jeho spojení s prémiovými značkami jako například Moët&Chandon, Rolex a Mercedes-Benz. Federer se stal legendárním již během aktivní kariéry! Nabízí se přirovnání – je tím, co představuje Michael Jordan pro basketbal, Pelé pro fotbal nebo Tiger Woods pro golf.“



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

INZERCE

**Společně  
tvoříme příležitosti,  
které vedou k úspěchu.**



OFICIÁLNÍ PARTNER  
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU  
2021 – 2024

Po dvanácti letech se volejbalové reprezentantky objevily na mistrovství světa, od konce září se praly s těžkou konkurencí v polském Gdaňsku. Ze skupiny sice do další fáze nepovýšily, ale sebraly set brazilským finalistkám, trápily čínskou velmoc, porazily Kolumbii. A řecký kouč **IOANNIS ATHANASOPOULOS** ví, jak dodat českému výběru ještě větší kvalitu a sílu.

TEXT: MIROSLAV JAVŮREK, ZDENĚK HANÍK

# Ted' to chce olympiádu

## **K české reprezentaci jste přišel v roce 2019. Proč jste se rozhodl přijmout nabídku?**

„Od začátku jsem měl velmi dobrý dojem z jednání s pány Pakostou a Javůrkem a z toho, co mi představili. Od první chvíle jsem měl pocit, že mluvíme stejným volejbalovým jazykem a cítil jsem, že mají chuť a vůli k rozvoji ženského volejbalu. Samozřejmě i předtím jsem sledoval český volejbal, extraligu. Znal jsem reprezentaci a většinu hráček, moje žena hrála v Prostějově tři sezony. Cítil jsem, že můžu pomoci, že je v týmu potenciál. Byla to výzva, kterou jsem přijal.“

## **Jak byste se popsal jako trenér? Na jakých trenérských zásadách si zakládáte?**

„Jsem tvrdě pracující, energický, ambiciózní a s entuziasmem pracující trenér. Volejbal je moje životní vášně. Zakládám si na těchto principech: týmový duch, disciplína, komunikace. Ze zkušenosti vím, že když se tímto řídíš, máš velmi dobrou výchozí pozici vytvořit dobrý tým!“

## **Skladba vašeho realizačního týmu se prakticky nezměnila od doby, kdy jste do Česka přišel. Je pro vás důležité mít jeho stabilní složení a jak ho sestavujete?**

„Věřím, že jestli mají pracovat profesionálně hráčky, musí i realizační tým tvořit celistvý celek jako jedno tělo, každý má svoji roli a opět kladu důraz na schopnost komunikace i v těžších chvílích. Aby realizační tým mohl pracovat skutečně profesionálně, měl by mít dva asistenty, klidně i z řad studentů. Dále

kondičního trenéra, fyzioterapeuta, statistika, všechny ideálně na full time. A také přístup k lékařské péči. Náš RT je spolu již čtyři roky, spolupracujeme bez problémů a jsem za to upřímně rád. Každý rok se snažím něco od každého naučit. Od mých asistentů. Fyzioterapeuti a maséři pracují bez pauzy dnem i nocí, aby byly hráčky připraveny do další práce. Lékaři jsou nám k dispozici 24 hodin denně. Náš statistik nepočítá hodiny, které stráví analýzou jak naší hry, tak hry soupeřů. Kondiční trenér pracuje celé léto s týmem a připravuje hráčky fyzicky na jednotlivé vrcholy sezony. Každý z členů má svoji důležitou roli pro rozvoj týmu.“

## **Letos jste se kvalifikovali po dvanácti letech na mistrovství světa. Kam radíte účast na tomto turnaji?**

„Pro mě to byla třešnička na dortu a výsledek naší čtyřleté práce spojené s dobrými výsledky. Je to největší turnaj, na kterém jsme mohli hrát, a byla to vynikající zkušenost. Podle mě to je nejtěžší turnaj na světě, těžší než olympiáda, protože na něm startuje 24 nejlepších týmů. Od chvíle, kdy jsem převzal reprezentaci, byla účast na MS mým snem.“

## **V základní skupině jste měli pět neevropských soupeřů. Dosáhl tým svého maxima?**

„Je pravda, že soupeři byli pro nás neznámí, nezvyklí. Od roku 2019 jsme neměli možnost hrát proti neevropským týmům, a to nám zneprjemnilo situaci. Kvůli nutnosti odehrát



VOLEJBALOVÝ TRENÉR

## **IOANNIS ATHANASOPOULOS**

**Narozen:** 24. 8. 1978 v Aténách

**Hráčská kariéra:** Panionios Atény (2008-11)

**Trenérská kariéra – u žen:** Olympiakos Pireus (2011-13 asistent), Stuttgart (2013-17 asistent, 2017-20 hlavní kouč), česká reprezentace (2019-?)

**Největší úspěchy:** titul v řecké lize (2013), titul v německé lize (2019), 2x německý pohár (2015, 2017)



kvalifikaci na mistrovství Evropy právě před světovým šampionátem nám neumožnilo zorganizovat přátelská utkání se silnými soupeři, kteří by nás na turnaj připravili lépe. Věřím, že kdybychom byli agresivnější, uvolněnější, mohli bychom v klíčovém utkání s Argentinou vyhrát.“

#### **Bohužel jste nepostoupili ze základní skupiny. Jaké byly důvody?**

„Jeden je, že reprezentace nemá odehrané takto silně obsazené turnaje, pro každého z nás to byla první zkušenost. Také, jak jsem zmínil, jsme neměli možnost se na tuto úroveň připravit aspoň díky přátelským utkáním proti týmům ze světové špičky. Také nám chybí fyzické dispozice, výška, síla, oproti konkurentům. Na této úrovni rozhoduje každý detail.“

#### **Jak budete chtít dál tým posunout? Máte možnost s ním pracovat pouze čtyři měsíce, ne dvanáct.**

„Jak jsem uvedl v mojí zprávě pro Výbor ČVS, musíme určitě získat nebo zorganizovat konfrontaci proti týmům z Top 15 na světě. Kalendář je každoročně velmi nabitý, ale potřebujeme ohrát co nejvíc těchto těžkých zápasů. To je cesta ke zlepšení, nastaví ti to zrcadlo, naučí, jak reagovat a hrát proti vyššímu bloku, lepší obraně v poli, rychlejšímu servisu či útoku. Moje rada hráčkám z reprezentace je, aby šly hrát do silnějších soutěží, než je Uniqa extraliga. Musí vystoupit z komfortní zóny a denně, na každém tréninku, každý víkend při zápasech. Dám dva příklady: Žádná hráčka - mimo české reprezentantky - na MS 2022 nepůsobila v české soutěži.“

**„MOJE RADA HRÁČKÁM Z REPREZENTACE JE, ABY ŠLY HRÁT DO SILNĚJŠÍCH SOUTĚŽÍ, NEŽ JE UNIQA EXTRALIGA. MUSÍ VYSTOUPIT Z KOMFORTNÍ ZÓNY A DENNĚ, NA KAŽDÉM TRÉNINKU, KAŽDÝ VÍKEND PŘI ZÁPASECH.“**



INZERCE

**ČESKÁ  
OLYMPIJSKÁ  
NADACE**



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

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



HLAVNÍ PARTNER



HLAVNÍ MEDIÁLNÍ PARTNER



Česká televize



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Andrea Kossányiová  
smečuje proti Brazilkám  
na nedávném  
mistrovství světa

Belgie, Holandsko, Kanada, Bulharsko, Portoriko, Argentina jsou ve světovém žebříčku nad námi. Všechny spojuje jedno – nemají domácí silnou soutěž, ale většina hráček z reprezentace hraje v nejlepších volejbalových ligách v Itálii, Turecku, Německu nebo Francii. Takto se hráčky zlepšují během klubové sezony a reprezentace z toho pak může získat na konkurenceschopnosti. Čtyři měsíce jsou velmi krátké období k zásadnímu zlepšení techniky kvůli velkému množství zápasů, na které se připravujeme. Hráčky se musí učit správnou techniku a systém již od mládežnických kategorií, z toho pak seniorská reprezentace může těžit a přechod do ní bude jednodušší.“

**ČVS nastroval nový projekt centralizované přípravy. Jak hodnotíte toto rozhodnutí?**

„Podle mě je to výborný krok vpřed, aby se zlepšila práce s mládeží. Víím, že se pracuje i na zlepšeném výběru hráček, které začínají s volejbalem. Ohledně společné přípravy, mít dva tréninky

# 4

**Čtyřikrát se český ženský volejbal ukázal na mistrovství světa. V Brazílii 1994 skončil tým čtvrtý, v Německu 2002 devatenáctý, v Japonsku 2010 patnáctý a letos v Nizozemsku a Polsku osmnáctý.**



denně a mít čas na individuální tréninky zaměřené na rozvoj všech herních činností je v tomto věku nenahraditelné. Mám zkušenost z práce v Německu, kde jsem působil sedm let a víím, že to u nich funguje dobře a může to mít velmi dobrý dopad i na seniorskou reprezentaci. Hráčky tam také mají možnost se víc soustředit na volejbal a zvyknout si na to stát se profesionální hráčkou. Budu tento projekt pozorně sledovat, protože je v něm dost talentovaných hráček.“

**Co nám ještě chybí, abychom se přiblížili týmům z Top 10?**

„Jestliže se chceme dostat na tuto úroveň, nejdřív musíme naučit hráčky být profesionálnější v každodenní práci - kondiční příprava, stravování, individuální tréninky, etika, překračovat svůj stín, ambice. Při zápasech s Čínou, Brazílií, kdy se nám proti favoritům dařilo, jsem v jejich očích viděl, jak si zápas i chvíle po nich užívaly. Abychom byli v našich výkonech konzistentnější, tak se v těchto elementech musíme zlepšit.“

**Volejbalový fanoušek mohl vidět, že k vítězství vede víc cest. Srbsko se opírá o Boškovičovou, Japonsko sází na extrémně rychlou hru v útoku a bezchybnou obranu. Co je vám bližší a kterou cestou jde česká reprezentace?**

„Tuto otázku jsem si položil hodněkrát. Já se vždy nejdřív snažím vytvořit TEAM a naučit ho hrát nejlepší možný volejbal. Je velmi obtížné najít hráčku jako Boškovič nebo Egonu, rodí se jednou za dvacet let. Obecně jako trenér chci hrát rychle, a když na to nemám hráčky, snažím se tomu svůj systém přizpůsobit. Cílem je získat maximum možného z každé hráčky. Obdivuji týmy, které mají výborně zorganizovanou hru nejen na příjmu, ale i v sektoru blok/obrana a jsou schopny založit rychlou hru v protiútoku.“

**Co byste chtěl vzkázat mladým hráčkám?**

„Věřím, že mnoho z nich vidělo naši reprezentaci na MS. Poradil bych jim, aby dále sledovaly tyto špičkové zápasy a snažily se vyrovnat svým idolům, které vidí hrát v nejlepších



reprezentacích nebo klubech světa. Aby vydržely tvrdě pracovat, užívaly si volejbal a byly dobrými osobnostmi a spoluhráčkami.“

**Zmínil jste sen účasti na MS. Co olympijské hry?**

„To je pro mě samozřejmě také vrchol, kterého může sportovec dosáhnout.“

Ale v roce 2019 jsem na to úplně nemyslel. Nicméně na MS jsme už byli a věřím, že budeme i na příštím. ČVS pro reprezentaci vytváří maximálně možné podmínky pro přípravu, i díky programu NSA LOH 2028, a i proto doufám, že se účast na olympiádě může podařit. V to věřím a budu se tomu snažit ze všech sil pomoci.“ □

INZERCE



**POWERSKIN**



WWW.ARENASHOP.CZ

# Dědictví a nový kabát Bundesligy

Donata Hopfenová je od letošního roku novou ředitelkou Deutsche Fussball Liga, organizace, jež sdružuje 36 profesionálních týmů první a druhé německé fotbalové Bundesligy. V minulosti pracovala dlouho v oblasti digitalizace médií, kde se podílela i na vzniku nových formátů pro sdílení fotbalových utkání a zkrácených sestřihů pro fanoušky. Na konci září vystoupila na konferenci Leaders Week v Londýně, kde se podělila o zkušenosti a plány s německým fotbalem.

**S**vé námluvy a následně kariéru v německém fotbale začala v období covidu a s ním spojenými velmi přísnými opatřeními tamější vlády. Byla to ale také doba, která se dala využít jako příležitost pro analýzy a přemýšlení, kam mohou vést příští kroky Bundesligy, a to i z mezinárodního pohledu.

Velmi dobře si z minulé profese uvědomovala, jak odlišné mohou být pohledy na potenciální změny zvenčí a zevnitř organizace. Pokud nechcete ustrnout, musíte ale tyto názory konfrontovat a v konečném důsledku i kombinovat. S krátkým odstupem se ukázalo, že klíčové bylo nastavení vztahů s hlavními partnery, všemi 36 kluby, obchodními společnostmi, médii a fanoušky. Vše se muselo dít velmi rychle.

Ačkoli Donata a její tým analyzovali všechny konkurenční ligy (Premier League, La Liga a Serie A) a jejich kroky, nebylo v podstatě možné osvojit jejich zkušenosti, protože každá země měla v souvislosti s pandemií svá interní opatření. Ve velmi krátké době pozvali všechny partnery Bundesligy k jednomu stolu. Společně i ve skupinkách diskutovali o návrzích a omezeních, vysvětlovali a argumentovali, co která opatření přinesou za rizika i příležitosti, a hledali optimální východiska.

Zásadní bylo, aby výstupy, na nichž se shodli, všichni dodržovali, kontrolova-

li a nezpochybňovali. Představíme-li si 36 klubů, musíme vzít v potaz 36 stakeholderů, 36 názorů, priorit a odlišných zájmů. S každým musíte mluvit, hledat a najít cestu k naplnění jeho priorit, ale zároveň také nepoškodit ligu jako celek. Společným cílem bylo vrátit fanoušky na stadiony a zároveň respektovat federální nařízení i požadavky jednotlivých spolkových zemí.

Neudělat chybu v kontrolních mechanismech významně přispělo k postupnému navyšování omezené kapacity na stadionech. Prvním krokem bylo její navýšení na 20 %, později na polovinu, až k úplnému zrušení omezení počtu diváků na všech utkáních.

Ani po zrušení covidových opatření není toto téma mimo diskusi. Vedení obou lig průběžně jedná se spolkovou vládou, aby se nikdy neopakovala „normalita“ prázdných tribun na fotbalových stadionech.

## Solidarita, fanoušek a pravidlo 50+1

Fotbal je v Německu úzce spojen s lokálním divákem a fanouškem. Všechny kluby se proto snaží intenzivně a systematicky budovat komunitní prostředí v okolí svého klubu - být blízko příznivcům, projevovat solidaritu s nimi a připravovat jim možnosti potkávat se při jiných příležitostech než na tribunách

TEXT: MICHAL JEŽDÍK



## 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 lígách. Opakovaně absolvoval Euroleague Basketball Institut. Certifikovaný lektor ČOV.



FOTO: REUTERS, PROFIMEDIA.CZ

během utkání. To vše ve spolupráci s partnery klubu.

Obě tato témata, solidarita a být blízko k fanouškům, prosakují do všech klubů v obou nejvyšších soutěžích. Střešní organizace Deutsche Fussball Liga na nich s kluby spolupracuje. K tomu, aby se tyto priority dařilo snáze naplňovat, pomáhá pravidlo 50+1. Díky němu drží kluby, potažmo i fanoušci většinu hlasovacích práv. Podle pravidel Německé fotbalové ligy (DFL) se obou soutěží mohou účastnit pouze kluby, v nichž komerční investoři nemají více než 49procentní podíl. V podstatě to znamená, že soukromí investoři nemohou převzít kluby a potenciálně prosadit opatření, která upřednostňují zisk před přáním většiny příznivců. Pravidlo zároveň chrání před lehkomyšlnými investory a vlastníky, dbá na zachování dědictví a tradic jednotlivých klubů a podporuje udržitelný model financování.

Kluby se s vedením ligy také shodly na třech pilířích – potenciálech v kontextu střednědobých cílů: digitalizaci, inovaci a globalizaci. Ty se okamžitě staly hlavní pracovní náplní zaměstnanců organizační struktury.

Digitalizace je spojena s novým obsahem a formou sdílení utkání převážně pro německé fanoušky a diváky, pro různé věkové a sociální skupiny.

Inovace směřují na stadiony a do tréninkových center pro přípravu týmů a hráčů.

Jedná se o neustálé hledání kompromisů mezi tradičním systémem a německým perfekcionalismem se snahou přizpůsobit se mladším generacím a novým technologiím. Ačkoli tyto dva přístupy nejdou vždy ruku v ruce, jiná cesta není. Že tohoto spojení je organizace schopná, dokumentuje její 60letá historie.

Globalizace řeší komunikaci ligy mimo hranice Německa. Zásadní snahou vedení ligy je intenzivní spojení s UEFA, aby všechna rozhodnutí evropského fotbalu byla ideálně dopředu komunikována a přijata v souladu s národními soutěžími. Plánovaná Superliga pro ně nebyla ta správná cesta.

Bundesliga není tak globální, jako jsou italská, španělská a anglická nejvyšší soutěž, které mají po celém světě dohromady desítky vlastních kanceláří zaměřujících se na lokální trhy a mezinárodní fanoušky. Bundesliga není v tomto směru ani moc aktivní, má zastoupení pouze ve třech zemích. Uvědomuje si, že může hodně získat, ale zároveň i ztratit. Menší aktivity ale neznamená nicnedělání. Analyzuje, zda je lépe vstoupit na španělský či anglicky mluvící trh, v jakém termínu a jaké benefity v porovnání s investicemi se dají očekávat.

Mezi základní charakteristiky prostředí, v němž se může liga rozvíjet tak, aby byli všichni účastníci spokojeni, Donata Hopfenová zařadila tyto: jasně popsané priority jednotlivých klubů, ekonomicky stabilní a předvídatelné prostředí, intenzivní spojení s fanouškem a „normální“ svět bez války.

Z mého pohledu jsou obě nejvyšší německé soutěže v globálním hledisku silně podceňované. Minimálně je o nich méně slyšet a jsou méně vidět než Premier League, La Liga, Serie A, MLS. Zde je několik důvodů, které mě k tomuto názoru vedou: finanční stabilita německých klubů, počet talentovaných hráčů, kteří se skrze německou ligu dostanou do dalších soutěží, výkony reprezentace Německa, zavádění nových technologií do sportovní přípravy a velmi dobře fungující mládežnické akademie. Přidal bych i vyrovnanost soutěže, ačkoli panuje dlouhodobá dominance Bayernu Mnichov, a oddané fanoušky jednotlivých klubů.

Mimochodem v srpnu jsem navštívil utkání druhé nejvyšší soutěže Hamburger SV-Darmstadt, v ochozech bylo víc než 43 tisíc fanoušků. Takový počet nepřijde v některých zemích ani na celé ligové kolo. □



# Jak prostředí ovlivňuje motivaci

Vážený kolego, stále ještě zůstáváme ve 3. patře a bavíme se o motivaci. Schéma, které jsi viděl už v jednom z předcházejících dílů, znázorňuje takzvané motivační pole a vyjadřuje, co všechno má vliv na motivaci sportovce. O vlivu typu osobnosti na motivaci jsme mluvili minule, dnes si řekneme o tom, jak je motivace ovlivňována prostředím, v němž se život sportovce odehrává.

TEXT: ZDENĚK HANÍK,  
ONDŘEJ FOLTÝN

Míra motivace souvisí s naším životním prostředím, tedy kde žijeme, jaké máme podmínky k životu i ke sportu. Francouz má jiné podmínky než Číňan a úplně jiné než občan Konžské republiky, a tudíž i jiné potřeby, potažmo motivy. A je tu i otázka doby. Odlišné podmínky ke sportování měl například český sportovec do roku 1989 v době nesvobody, uzavřených hranic a státem řízeného sportu, který byl jistým vysvobozením. Jiné podmínky má v roce 2022, v čase bohaté a trochu rozmazlené společnosti ve světě technologií a sociálních sítí. A samozřejmě nesmíme zapomenout na rodinné prostředí, které zásadně působí na motivaci sportovce.

„Co si budeme povídat, rodič zná své dítě nejlépe, pokud to není ta opičí láska... Protože kdo jiný dokáže vymáčknout ten citron úplně? Jenom táta. Trenér má vždycky odstup, nemůže jít za hranu korektnosti a zatlačit, co to dítě vydrží. A samozřejmě o těch, co to nevydrží, se moc nepíše. Já si myslím, že jeden z fenoménů jsou rodiče, kteří tomu obětují nejen kariéru, ale žijí život dětí. Třeba táta Wozniackí, který byl fotbalista, dceru sám dostal na první místo na světě. Měl

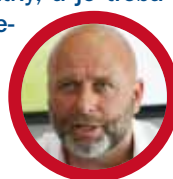


Manželský pár tenisových legend  
Steffi Grafová a Andre Agassi

FOTO: REUTERS

pár trenérů, o kterých mluvil s despektem a jenom je používal, ale vždy držel otěže. Starej Williams to samé, Melanie Hingisová rovněž. Vždy tam hráli roli rodiče. Petra Kvitová jakbysmet - přísný otec, který jí dal návyky, jež si nesla dále. A pokud mají štěstí, tak to předají dobrému kouči, který se na tom spolupodílí. A my musíme najít s rodičem vlnu. Nejt proti sobě, protože to má destruktivní účinky. Nevím jak fotbal a hokej, neznám to prostředí, ale v českém tenise je všude vidím. Ty táty, někdy matky, a je třeba je brát jako součást procesu.“

**DAVID KOTYZA**  
trenér českých  
tenisových hvězd



Prostředí, tedy stejně jako typ osobnosti, ovlivňují motivaci. Ovšem pozor! Záleží

na tom, jak podmínky v prostředí prožívá sportovec zevnitř a jak se odrážejí v představě o naplnění jeho potřeb a tužeb. Trochu nám do toho vnesl pořádek Abraham H. Maslow, když uspořádal lidské potřeby do známé hierarchie, které vidíme na obrázku pyramidy. Své potřeby – až na výjimky – naplňujeme zdola nahoru. Budujeme jednotlivá patra, a co děláme, je ovlivněno tím, jak vysoko jsme se v této stavbě vyšplhali.

## FYZIOLOGICKÉ POTŘEBY

Příjem potravy, spánek, sexuální reprodukce a další fyziologické potřeby, bez kterých člověk většinou funguje špatně, nebo nefunguje vůbec.

## BEZPEČÍ

Vynecháme-li fyziologické potřeby, začneme druhým patrem. Dokud se necítí-



me bezpečně (máme kde bydlet, co jíst a pít, nikdo nás neohrožuje), vyšší patra pyramidy nám nic neříkají. Tohle bezpečí nám zpravidla zajistí rodina v dětském věku, ale není žádnou výjimkou, že existují dospělí, kterým stačí k životu bydlení, televize a jídlo.

Ve sportu se může stát, že pokud sportovec pochází z chudšího prostředí (známe příklady z Afriky), sport pro něho není středobodem života, je spíše cestou, jak se k prostředkům dostat nebo alespoň vylepšit si tíživou životní situaci. Takový sportovec bude vděčný za jakoukoliv šanci, protože sport je pro něho do určité míry vysvobozením.

### PŘÍSLUŠNOST

Dítě v našich podmínkách však zpravidla druhé patro úspěšně překonává a dostává se do patra třetího, kde hlavní potřebou je někam náležet, mít přátele a sociální vazby.

„Jako volejbalovému trenérovi mi prochází rukama všechny talentované děti ve věku 11 až 15 let bez rozdílu pohlaví. Jezdí na pravidelně pořádané kempy, které rodiče spolufinancují a děti na ně jezdí rády. Když jim dám vyplnit anonymní dotazník, co jim kempy přináší, druhou nejčastější odpovědí je, že se herně zlepšují. Ovšem úplně nejvíce oceňují to, že nacházejí nové kamarády.“

#### ZDENĚK HANÍK

volejbalový trenér,  
jeden z autorů článku



Tato osobní zkušenost potvrzuje, jak silnou potřebou je u sportujících dětí to, co se nachází ve 3. patře pyramidy – tedy potřeba někam náležet, potřeba příslušnosti. Následující příklad z vrcholového hokeje však ukazuje, že tato potřeba přetrvává i do dospělosti.

„Nabíjí mě hokej, je to celej můj život, nikdy jsem nic jiného neměl. Těžko se ho budu jednou vzdávat. Sedíte v kabině s dvaceti klukama, společně se snažíte něčeho dosáhnout a takhle trávíte každý den. Je to moje rodina a vím, že mi jednou bude strašně scházet.“

#### MARTIN RUČINSKÝ

hokejový mistr světa  
a olympijský vítěz



A právě nad úrovní třetího patra už často přichází potřeba v něčem vynikat, být výlučný a dosáhnout uznání.

### UZNÁNÍ

Sportovec, který chce vynikat, nemusí ztratit cit pro partu, ale přirozeně očekává, že mu ostatní nebudou bránit v individuálním úspěchu a později jej v jeho individuálních ambicích dokonce i podpoří.

Lidé – sportovce nevyjímaje – bývají netrpěliví. Zejména touha vyniknout často přichází bez dobudování bezpečí a lidského zázemí. Taková výlučnost, byť třeba podpořená medailemi či úspěchy, bývá křehká, a pokud chce trenér dosáhnout stabilního dlouhodobého výkonu, měl by jej stavět na dobudovaných spodních patrech. To dobře ilustruje ukázka z knihy Milana Hanuše o divokém mládí Rogera Federera.

„Vybrušování diamantu je zdařilá metafora pro osudové spojení této dvojice, pro Peterovo (Peter Carter - Federerův trenér v mládí) trpělivé cizelování Rogerova talentu a charakteru. Mentorská láska se přitom nijak nevyklučuje s přísností, již musí Petr někdy použít, když živelný šprýmař na hřišti předvádí své potřeštěné kousky. Vychovatelem řeckých hrdinů byl moudrý Cheiron, kentaur božského původu s jiskrou nesmrtnosti a empatií pro lidská zranění. Rogerovým zraněním je divokost a nezvladatelná emocionalita a Peter je nejen jeho mentorem, ale také chirurgickým léčitelem tím, jak adeptovi zprostředkovává hodnotu přátelství a jak svým sebeovládáním přemáhá

vlastní bolest (trpěl zákeřnou nemocí).“

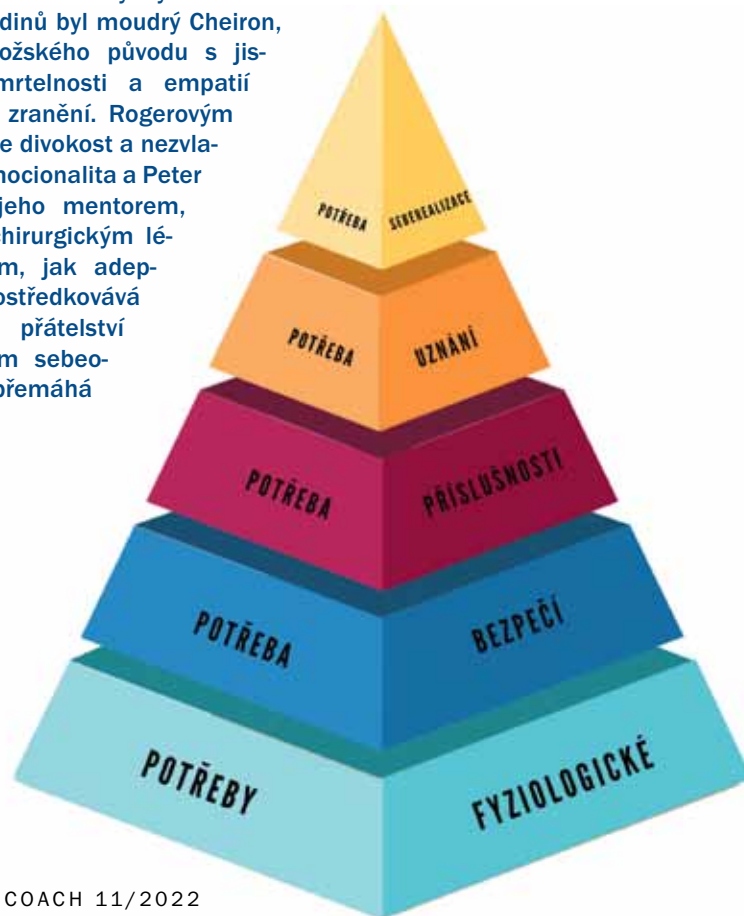
#### MILAN HANUŠ

v knize Živý mýtus,  
Roger Federer



Ve sportech týmových je na trenérovi, aby rozhodl, zda chce a může podobné ambice podporovat, a hlavně do jaké míry týmu jeho individualita, touha vynikat a potřeba uznání pomáhá a kde už škodí. Základním kritériem nemůže být nic jiného než aktuální výkon, dlouhodobý potenciál týmu a v neposlední řadě i respekt k trenérovi.

„David (Beckham) se v tomto konkrétním klání prohršel tím, že zanedbal bránění. Prostě to jenom vyklusal a protihráč mu jednoduše utekl. Po zápase jsem mu to vytkl. David, jako obvykle v té době, moji kritiku odmítl. Seděl necelé čtyři metry ode mě. Mezi námi ležela na podlaze řada kopaček. Zamířil jsem k němu, a když jsem se blížil, jednu z bot jsem nakopl. Trefila ho přímo nad oko. Samozřejmě se zvedl a chtěl se do mě pustit, hráči ho ale zadrželi. Sedni si, řekl jsem, nechal jsi tým na ho- →



Jiří Prskavec v cíli zlatého olympijského závodu v Tokiu



FOTO SPORT: PAVEL MAZÁČ

ličkách. A můžeš to okecávat, jak chceš. David měl pocit, že je něco víc než Alex Ferguson. O tom ani v nejmenším nepochybují. Nesejde na tom, zda jde o Alexe Fergusonona. Na trenérově jméně nezáleží. Podstatná je autorita. Nelze připustit, aby kabině velel hráč. Zkoušel to už leckdo. Středobodem autority je v Manchesteru United manažerova kancelář. Davidovi začal zvonit umíráček.“

**ALEX FERGUSON**

slavný trenér  
fotbalového  
Manchesteru United



**SEBEREALIZACE**

Někdo se ovšem osvobodí od snahy vynikat či potřeby uznání a dokáže žít pro vnitřní pohodu. Dokáže si odpovědět, jaký je skutečný smysl života a jak je světu prospěšný. To je příznak vnitřního naplnění, osobní svobody a znamená vlastně vrchol pyramidy – naplnění potřeby seberealizace. Sportovec k němu může dospět na vrcholu kariéry, někdy až po jejím konci v takzvaném „druhém životě“, ale bohužel taky třeba nikdy. I mezi sportovci jistě můžeme najít ty, kteří budují nejvyšší patro pyramidy,

tedy seberealizace. To jsou vyzrálé lidské osobnosti a trenér má s nimi usilovat nanejvýš o partnerství, do kterého hráč i trenér nabídnou své zkušenosti a motivy. Lidé mířící k seberealizaci si zpravidla uvědomují, jaký typ spolupráce pro své výkony potřebují, a někteří si o takové partnerství umí i říci.

„Ze začátku kolem osmého roku to bylo kompletní vedení jako trenéra i jako rodiče. Dneska je Jiřa profík, více o tom diskutujeme, hledáme nové cesty. Teď už je to komunikace dvou odborníků nad nějakým problémem“

**JIŘÍ PRSKAVEC starší**

otec a trenér  
olympijského vítěze  
ve vodním slalomu



Víme tedy, že motorem našeho života je uspokojování pocíťovaných potřeb. Nejsou-li tyto potřeby uspokojovány, vzniká v organismu napětí, které nás nutí reagovat, nějak se chovat. Psychologický motor se rozbíhá, pokud se nějaká subjektivně pocíťovaná potřeba dostane do rozporu se skutečností. Má to ale háček! Ne vždy to, co subjektivně chceme, odpovídá tomu, co objek-

DO TRENÉRSKÉHO NOTESU

**MĚL BYS POZNAT, DO JAKÉHO PATRA PYRAMIDY SPORTOVEC V ŽIVOTĚ DOSPĚL. MĚL BYS ROZUMĚT TOMU, CO SPORTOVEC PRÁVĚ ŘEŠÍ, CO OVLIVŇUJE JEHO MOTIVY JEDNÁNÍ, A PŘÍZPŮSOBIT VNĚJŠÍ MOTIVACI DANÉMU PATRU.**

tivně potřebujeme. Ovládají nás i naše tužby, nejen naše skutečné potřeby. To, co vnímáme, se může lišit od reality. Člověk je nastaven tak, že vidí jen to, co považuje za důležité a co mu příliš nebere sebedůvěru.

Vzniká napětí mezi tím, co člověk (subjektivně) chce, (objektivně) potřebuje, (subjektivně) vnímá a (objektivně) má. To pak vysvětluje mnohá nedorozumění a otevírá cestu pro pochopení a motivaci. Na příkladu Tomáše Satoranského, jednoho z nejlépe placených českých sportovců, můžeme vidět, že častá tužba vydělat hodně peněz se nemusí krýt se skutečnou potřebou.

„V Americe to lidi berou jinak, tam chápou, že výše smlouvy vám v první řadě zaručuje určité postavení v týmu. Co jsem si chtěl koupit, už jsem si koupit mohl. Peníze nepotřebuju ukazovat. Nikdy jsem se ani nechtěl stát nejlépe placeným sportovcem. Já se chtěl stát tím nejúspěšnějším...“

**TOMÁŠ SATORANSKÝ**

nejúspěšnější  
basketbalový  
reprezentant



Snaž se tedy, vážený trenérský kolego, co nejpečlivěji rozlišit potřeby a tužby sportovce a posoudit, do jaké míry sportovec vnímá realitu. Připrav se na to, že tužby mohou být pro motivaci důležitější než potřeby a že lidé často jednají spíše pod vlivem svých představ o realitě než podle reality samotné. Obojí zvažuj u sebe a rozhodni se, zda je pro výkon lepší svět představ sportovce měnit, nebo využít. Někdy je lepší přizpůsobit se vnímání světa, které má sportovec, i kdybychom si byli jistí, že se mýlí. Musíme však jednat v jeho zájmu, jinak tímto způsobem můžeme snadno spadnout od motivace k manipulaci, o níž tu byla řeč v předcházejících dílech. □



**FALKENSTEINER**  
SPA RESORT MARIENBAD  
*Premium Collection*

# Heal. Restore. Relax.

## 5\* WELLNESS-REFUGIUM V MARIÁNSKÝCH LÁZNÍCH

**Mariánské Lázně, které se nacházejí v západních Čechách v lázeňském trojúhelníku, jsou známé jako mezinárodní lázeňské město s dlouhou tradicí. Město Mariánské Lázně je od léta 2021 zapsáno na seznamu světového dědictví UNESCO a je zařazeno mezi „Velké lázně Evropy“. Nachází se zde Falkensteiner Spa Resort Mariánské Lázně, který 15 let udržuje lázeňskou tradici ve prospěch svých hostů.**

### LÉČENÍ & ZOTAVENÍ – RELAXACE NA NEJVYŠŠÍ ÚROVNI

Vypnout, zhluboka se nadechnout a zbavit se balastu. Prostorný Acquapura SPA

nabízí čtyři koncepční bazény včetně celoročně vyhřívaného venkovního bazénu, čtyř saun, zelené zahrady s lehátky a vnitřními relaxačními zónami. Příjemné masáže, aktivační lázeňské procedury, koupele a terapeutické procedury zajišťují naprostou relaxaci.

Kromě klasického spa konceptu Falkensteiner Spa Resort Mariánské Lázně nabízí kompetentní centrum s lázeňským lékařem a vícejazyčným zkušeným týmem terapeutů. Individuální lázeňské procedury a alternativní terapie, koordinované s přesnou diagnostikou, jsou na pořadu dne. Místní přírodní prostředí je také začleněno do holistického konceptu. Používají se cvičení všímavosti, jako je lesní

koupele a vybrané procedury z Mariánsko-lázeňských přírodních zdrojů a pramenů. Důraz je kladen na regeneraci & zdravotní prevenci.

### BALANCE VITAL CUISINE – GASTRONOMIE S OHLEDEM NA ZDRAVÍ

Celostní přístup k udržení zdraví se odráží i v moderní Balance Vital kuchyni. Plnohodnotná a zároveň kvalitní strava je zásadním faktorem celostního blahobytu. Koncept tvoří spojení čtyř složek: Regionálnost, přírodnost, vysoké standardy kvality a šetrný způsob vaření.

VÍCE INFORMACÍ  
[falkensteiner.com/marienbad](https://falkensteiner.com/marienbad)

# FOTBALOVÁ RADOST NA T-MOBILE TV

Užijte si Premier League, Ligu mistrů a další přední evropské ligy v TV i na mobilu.

Přepněte na **t-mobile.cz/tv**

