

COACH

Sport

magazín vydávaný
ve spolupráci s Českým
olympijským výborem



baseball
basketbal
florbal
hokej
hokejbal
plavecké sporty
squash
softball
stolní tenis
volejbal

„Pro úspěch
musíte být
vždycky
pozitivní!“

Maurizio Gherardini

Generální manažer
euroligového kolosu



iSport

LIFE

ZÁVODY

PRESENTED BY

 **Columbia**



**Každý závodník
dostane
funkční tričko
Columbia
zdarma!**

14. 9. • Brno ZOO
19. 10. • Praha Divoká Šárka
9. 11. • Říčany u Prahy

Běž na www.isportlife.cz

**Závody
a dárky
pro děti**

can-am



ICE

Auto Podbabská



SKODA

**Hello
bank!**

by Cetelem

COACH

COACH. Měsíčník. Ročník 4., číslo 8, vychází 6. 8. 2019.

Samostatně neprodejně, 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: Dagmar Šenfěldová, Jaroslav Komolý, autor grafické úpravy: Milan Jaroš, redakční rada: Michal Ježdík, Filip Šuman, Zdeněk Haník, Michal Barda, inzerce: Jan Nassir (7338), jan.nassir@cncenter.cz, ředitel inzerce: David Šaroch (7227), kontakt na inzertní poradce: linka (7512), marketing: Pavel Janega (7454), ředitel výroby a distribuce: Libor Berka (7283).

Vydává: CZECH NEWS CENTER a.s., Komunardů 1584/42, 170 00 Praha 7, IČO: 02346826
Generální ředitelka: PhDr. Libuše Šmuclová.
Rozšiřují společnosti PNS a.s.
Tiskne: EUROPRINT a.s., ISSN 2464-6865.

Registrace MK ČR E 24243.
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: 30. 7. 2019
TITULNÍ SNÍMEK: HERBERT SLAVÍK
VE SPOLUPRÁCI:



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

To jsou věci za mořem...

Děkuji za slabost, jež pokoře mne učí, zpíval kdysi největší český trubadúr závěru 20. století Karel Kryl. Měl pravdu, ostatně jako v mnoha svých textech, které patří do čítanek vedle Seiferta a Nezvala. Počkejte... Nezbláznil jsem se, dobře vím, že jsme trenérský měsíčník Coach.

Vězte, že když se člověk naučí žít se svými limity, činí ho to paradoxně silnějším. Síla děkuje za slabost i za to, že zná své limity. Proč to říkám a proč jsem zvolil K. K. do editoriaľu? Abych vás upozornil na hlavní rozhovor tohoto čísla Coache, který připravil Michal Barda.

„Myslím, že pro každého člověka je vždycky důležité si otevřeně přiznat vlastní hranice. A já jsem záhy poznal, že ze mne žádný mimořádný hráč nebude, a přemýšlel jsem, jak bych přesto mohl být v basketu nějakým způsobem užitečný, jak bych s ním mohl spojit svůj život, protože to byla moje opravdová vášeň,“ říká italský světoběžník Maurizio Gherardini, který stojí jako generální manažer od roku 2014 v čele basketbalového Fenerbahce Istanbul a je celou dobu šéfem Jana Veselého. A také v roce 2017 tuto nejvyšší evropskou klubovou soutěž vyhrál a ve stejném

roce byl vyhlášen nejlepším manažerem EuroLeague.

Druhá pohádka tohoto vydání je basketbalově-hokejová. Toronto – město hokeje? Ale kdeže, město basketbalu. Kdo to nezaregistroval, je tak trochu out. A hokej? Já vím, českého fanouška to mrzelo, držel palce Bostonu, kde válí dva Češi, ale Coach není fanouškovský. A proto vezměte zavděk i dvěma velikánskými příběhy dvou úspěšných šéfů: hokejového týmu St. Louis Blues a basketbalového Toronto Raptors. Jejich úspěch že je sportovní pohádkou? Ale kdeže. Je za ním tvrdá práce, víra ve vlastní síly a rozvaha. Více vám řekne hlavní téma, které zpracoval Luboš Brabec.

A teď již přeji příjemnou četbu a krásné léto!

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



Jsem lídr všech, kteří nejsou právě na hřišti

TEXT: MICHAL BARDA

Italský světoběžník **MAURIZIO GHERARDINI** stojí jako generální manažer od roku 2014 v čele basketbalového Fenerbahce Istanbul a je tak už několik let šéfem Jana Veselého. Turecký kolos po dobu jeho působení nikdy nezmeškal místo v každoročním euroligovém Final Four. A také v roce 2017 tuto nejvyšší evropskou klubovou soutěž vyhrál – ve stejném roce, kdy byl Gherardini vyhlášen nejlepším manažerem EuroLeague. Může to být náhoda? Co žene basketbalem posedlého pedanta, aby tři dny před rozhodujícím utkáním play off turecké ligy přijel na skok do Prahy?



Pane Gherardini, patříte bezpochyby mezi největší jména zákulisí současného klubového basketbalu. Vaše vlastní hráčská kariéra ale nijak zvlášť dlouhá nebyla, souhlasíte? Již ve 20 letech jste začal pracovat jako trenér a pokračoval pak jako ředitel mládežnických týmů. Co vás k tomu přimělo?

„Myslím, že pro každého člověka je vždycky důležité si otevřeně přiznat vlastní hranice. A já jsem záhy poznal, že ze mne žádný mimořádný hráč nebude, a přemýšlel jsem, jak bych přesto mohl být v basketu nějakým způsobem užitečný. Jak bych s ním mohl spojit svůj život, protože to byla moje opravdová vášeň. Zpočátku jsem si myslel, že správná cesta by mohlo být právě trénování. Ale pak se věci vyvinuly, jak se vyvinuly.“

Ale byl jste zodpovědný za mládež ve vašem klubu Pallacanestro Forlì strašně dlouho. To přece není úplně

A vy jste Američana sehnal. Co bylo dál?

„V první sezoně jsem byl něco jako ředitel střídačky. Dělal jsem statistiky, ale mým hlavním úkolem bylo starat se o zahraniční hráče, aby se se zbytkem týmu na střídačce domluvili. Jenže uprostřed sezony utrpěl náš headcoach infarkt. A protože žádný budget neexistoval, klub prostě povýšil druhého kouče do role prvního a ze mne udělali asistenta, aniž by někdo vůbec tušil, co asistent coach vlastně znamená. Ale nějak to fungovalo a byla to velmi úspěšná sezona: vyhráli jsme a postoupili do nejvyšší soutěže. Takže jsem začal přemýšlet o trénování.“

To má ale k vaší pozdější roli v basketu pořad ještě hodně daleko...

„Dával jsem tehdy basketu všechnen volný čas. Staral jsem se o dva mládežnické týmy a snažil se trávit veškerý čas v klubu. Dnes každému říkám, že pro mou pozdější dráhu basketbalového mana-

„PRO MOU POZDĚJŠÍ DRÁHU MANAŽERA BYLO KLÍČOVÝCH OSM LET, STRÁVENÝCH JAKO ASISTENT A DĚVEČKA PRO VŠECHNO V MALÉM PROVINČNÍM KLUBU.“

běžné, že se někdo v tak mladém věku ujme mládeže a propracuje se vzhůru?

„Musíte si uvědomit, že tehdy byla úplně jiná doba. Když dnes mluvím hlavně s mladými lidmi, mám problém jim vůbec vysvětlit, že když jsem kdysi začínal svůj život v basketu, neexistovaly ještě žádné faxy, žádné počítače ani žádné mobilní telefony. Jediné, s čím jsme tehdy mohli pracovat, byl starý dálnopis. Měli jsme jeden telefon na zdi, a když člověk potřeboval volat za oceán, musel hovor na poště objednat a čekat pak u přístroje tři nebo pět hodin, až mu zavolají zpátky a spojí ho. Měl jsem štěstí, že jsem se právě vrátil z výměnného studentského pobytu ve Spojených státech a náš klub byl jedním z těch, které italská federace vybrala, aby vytvořily druhou nejvyšší basketbalovou soutěž. Z klubu za mnou přišli a řekli: Ty ses teď vrátil z Ameriky a domluvíš se anglicky – neznáš někoho, kdo by nám pomohl sehnat nějakého Američana pro náš první tým? Tenkrát samozřejmě žádní agenti ještě neexistovali. To byl můj úplný začátek, aniž bych byl tušil, co se z toho časem vyvine.“

žera bylo klíčových právě těchto osm let, strávených jako asistent a děvečka pro všechno v malém provinčním klubu.“

V čem konkrétně?

„Pochopil jsem tam atmosféru a dynamiku hráčské šatny. Naučil jsem se rozumět médiím a ne pouze prodávat lístky nebo znát pravidla svazu. Bylo to neustálé učení na všech frontách a hodně mi to pomohlo v tom, co přišlo později. Bylo pro mne důležité se v té době podílet i na jiných basketbalových aktivitách, které byly nejen pro Itálii, ale vlastně pro celou Evropu úplně nové: vznikaly první basketbalové kempy, trenérské semináře, první filmové záznamy ze zápasů NBA, které se večer promítaly v normálních kinech. Překládal jsem basketbalové knihy, pomáhal založit první časopis pro kouče. Dělal jsem spoustu věcí, které byly v Evropě v basketu úplně nové.“

Pořád jste se tehdy točil hlavně kolem trénování. Někdy ale na vaší cestě musel přijít moment, který vás posunul do jiné pracovní oblasti?

„Jednoho dne jsme podepsali nového trenéra z Říma, s kterým jsem se dobře znal. Když přišel k nám do Forlì, ptal jsem

FOTO: PROFIMEDIA.CZ



Jan Veselý, první český basketbalista vyhlášený nejlepším hráčem Euroligy, patří ve Fenerbahce ke klíčovým mužům organizace pod vedením Maurizia Gherardiniho



FOTO: HERBERT SLAVÍK/ČOV

MAURIZIO GHERARDINI

Narozen: 22. září 1955 ve Forli (It.)

Profese: generální manažer basketbalového Fenerbahce Istanbul, člen výkonného výboru Kanadské basketbalové federace

Hráčská kariéra: Libertas Pallacanestro Forli (1971-80)

Funkcionářská kariéra: ředitel mládeže a asistent A-týmu ve Forli (do 1992), generální manažer v Benettonu Treviso (1992-2006), viceprezident a asistent generálního manažera v Toronto Raptors (2006-13), mezinárodní poradce u Oklahoma City Thunder (2013-14), generální manažer Fenerbahce Istanbul (2014-?)

Největší úspěchy klubů, v nichž působil -

Benetton: 2x finále Euroligy (1993, 2003), 2x vítěz Saportova poháru (1995, 1999), 4x vítěz italské ligy, 7x vítěz italského poháru, 3x vítěz italského superpoháru.

Toronto: 2x 1. kolo play off NBA (2007, 2008).

Oklahoma City: semifinále NBA (2014).

Fenerbahce: vítěz Euroligy (2017) a finalista (2016), 3x vítěz turecké ligy, 2x vítěz tureckého poháru, 2x vítěz tureckého superpoháru

se ho, co ode mne očekává. Byl jsem v té době sice formálně pořád asistent, ale mohl jsem dělat řadu jiných věcí. Znali jsme se opravdu dobře, takže jsem neměl problém dělat cokoli, co by mu v naší společné práci pomohlo. Náš klub byl tehdy řízen radou pětatřiceti lidí. Byli to zastupci města, právníci, doktoři i politici.“

Jak to dopadlo?

„On mi tehdy řekl: ‘Tohle je poprvé, kdy jsem mimo svou komfortní zónu v Římě. Ideálně bych potřeboval, abys mi dělal asistenta, ale zároveň, abys byl mým prostředníkem k vedení klubu, protože já vůbec nevím, jak mám tuhle komunikaci uchopit! Pojdme za prezidentem, jestli by tě akceptoval jako generálního manažera?’ V té době existovali v italských klubech možná dva nebo tři generální manažeři a málokdo tušil, co to vlastně znamená. Prezident nám řekl, že to probere s radou klubu a dá nám vědět. A o týden později mi řekl, že rada souhlasí. Bylo mi pětadvacet a byl jsem nejmladší generální manažer v lize. Takhle to celé začalo.“

Byl jste v Pallacanestro Forli až do roku 1992, potom až do roku 2006 v Benettonu Treviso. To je dlouhých 14 let. Zdá se, že rád pracujete dlouhodobě?

„Víte, tohle není záležitost peněz – je to záležitost kvality života a příležitosti žít pro nějaký vzrušující basketbalový projekt. Měl jsem obrovské štěstí, že jsem se mohl podílet na rozvoji basketbalu v mém rodném městě, což bylo něco mimořádného, protože se ve Forli basket stal nejpopulárnějším sportem, který všechno a všechny spojil. To nemělo co dělat s financemi či něčím jiným, bylo to prostě něco mimořádného. Užíval jsem si tu roli a navíc jsem to mohl dělat souběžně s mou prací, takže ideální kombinace.“

Benetton Treviso, to už byla úplně jiná úroveň, že?

„Benetton pak pro mne byl jako dotknout se nebe. Nejen že měl v té době nejmodernější sportovní centrum v Evropě – nikdo jiný něco takového neměl. Byla to ale hlavně příležitost spolupracovat s úžasnou společností s úžasnými vlastníky. Bylo to tak skvělé, tak naplňující a inspirující, že bych sám nic jiného nehledal. Měli jsme nejlepší organizaci, nejlepší lidi a zároveň nejlepší hráče a nejlepšího kouče v Evropě – prostě to nejlepší z nejlepšího! Co bych si tedy mohl přát víc? Dobře, možná peníze – ale peníze nikdy →

2017

V tomto roce byl Maurizio Gherardini oceněn nejlepším generálním manažerem v Eurolize basketbalistů.

nebyly to, podle čeho jsem se v životě rozhodoval. Cítil jsem prostě obrovské štěstí, takže po čtrnácti letech muselo přijít něco opravdu speciálního, co by mne přimělo zkusit něco jiného. Ale zkušenost s Benettonem pro mne navždy zůstane naprosto jedinečná.“

Co jiného a speciálního to tedy bylo, co vás po tak skvělých čtrnácti letech přimělo opustit Benetton a jít k Toronto Raptors?

„Víte, život je plný výzev a náhod. Šel jsem jako každý rok za panem Benettonem diskutovat další cíle, ať už to mělo být na rok nebo na tři roky dopředu. Nové cíle, nové hráče a tak dále. Snažil jsem se mu vysvětlit, že i já sám potřebuji nové výzvy. To nemuselo bezpodmínečně znamenat navýšení rozpočtu, ale spíše něco jiného. Byli jsme tehdy první klub v Evropě, který cíleně vyhra-

výsledkový rekord, Bryan Colangelo byl v NBA zvolen generálním manažerem roku a vy jste byl při tom jako jeho pravá ruka?

„Ano, jako první tým z Toronta jsme vyhráli Atlantickou divizi. Dnes má Toronto skvělý tým a zdá se to běžné, ale do té doby basketbal v Torontu nikdy nic nevyhrál, takže to bylo historicky něco mimořádného. Náš tehdejší tým hrál v první sezoně opravdu skvěle a zastavilo nás teprve, až když se těžce zranil náš klíčový hráč Jorge Garbajosa, nynější prezident španělské federace. To zabilo naše šance v play off, ale i tak jsme zaznamenali klubový rekord a vyhráli naši divizi.“

A v té době už jste také spolupracoval s Kanadskou basketbalovou federací?

„Ano, to začalo hned první sezonu v Torontu. Mým úkolem bylo být vlastně takovou spojkou mezi Raptors a kanadskou

federací. To byla také obrovská zkušenost. Nejen proto, že jsme jako kanadský tým museli za každým soupeřem cestovat strašně daleko. Bylo tu to úžasné propojení s mimořádnými lidmi, s mimořádnými hráči. Tak nějak jsem cítil, že se mohu podílet na vzniku něčeho nového. Od té doby se toho hodně změnilo, dnes už je Kanada v rankingu světového basketu vysoko a spousta tehdejších protagonistů hraje v NBA významnou roli. Kanada má na to, aby byla úspěšnou basketbalovou zemí, tehdy to ale byla jen hokejová země. Všechno se točilo jen okolo hokeje, ale od prvních úspěchů basketbalistů, především Raptors, se toho hodně změnilo. Sportovní DNA celé země se mění a do centra pozornosti se víc než kdy dřív dostává basket a fotbal. Basket se může stát v budoucnu pro Kanadu hodně důležitým sportem.“

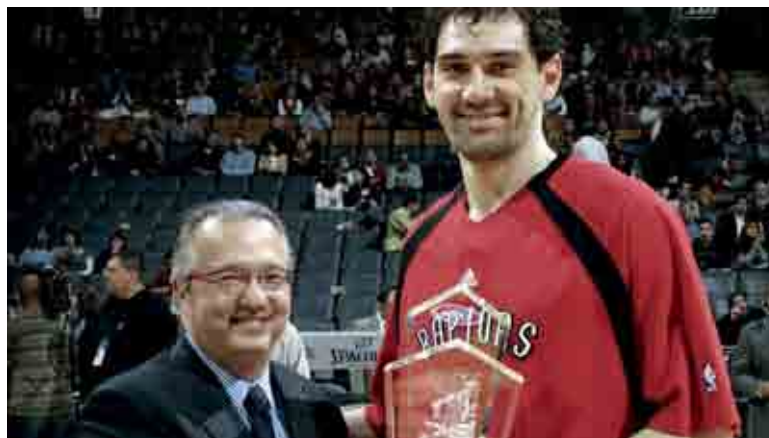
„MOJE SNÍDANĚ V AIR CANADA CENTER: ČLOVĚK POZVAL TŘICET LIDÍ Z JEDNÉ FIRMY A PŘI TOM JIM VYSVĚTLOVAL, KDO JSOU TO RAPTORS A KAM SMĚŘUJEME.“

dil lidské a finanční zdroje pro skauting a vybudoval celé oddělení. Byli jsme vlastně malý klub z italského města s pětadesáti tisíci obyvateli, ale najednou jsme v draftu NBA měli tři hráče. Takhle dobrý skauting jsme tehdy měli. Říkal jsem, proč nezkusit něco úplně nového, proč nehrát jen s našimi mladými hráči? To by byla teprve výzva! Šlo o to nepokračovat jen v tom, v čem už jsme za celá ta léta byli dobří, ale zkusit něco nového.“

To asi mohla být hodně odvážná myšlenka...

„Pan Benetton byl zvláštní člověk. Okamžitě vycítil, jak mě ta výzva láká, a stál za mnou. Připravoval jsem se tedy vnitřně na novou výzvu s euroligovým klubem, když zcela neočekávaně přišel telefonát z NBA. Chlapík na druhém konci drátu, Bryan Colangelo, mi řekl, že když se vlastníkům Toronto Raptors budou líbit jeho návrhy, bude pravděpodobně druhý den jmenován prezidentem a generálním manažerem, a jestli bych se chtěl stát jeho pravou rukou? Zvažoval jsem přesně pět sekund – řekl jsem mu, že pokud by to znamenalo, že bych se stal součástí rozhodovacích struktur a procesů, přijdu. Takže to bylo strašně rychlé rozhodnutí.“

A pak jste s Raptors strávil sedm velmi úspěšných let, protože už v první sezoně zaznamenali Raptors svůj klubový



Maurizio Gherardini jako pozorný divák na basketbalových zápasech. A dole s Jorgem Garbajosou při nedávném italsko-španělském spojení v Torontu v NBA, teď už je ze slavného hráče prezident španělské federace.



Králové Evropy. Fenerbahce vyhrálo Euroligu v roce 2017, v letech 2016 a 2018 skončilo druhé a v roce 2015 a letos čtvrté.

5

Od příchodu Maurizia Gherardiniho postoupilo Fenerbahce Istanbul do Final Four Euroligy pětkrát za sebou.

Měl jste v té době už spoustu zkušeností ze špičkového basketbalu v Evropě. Co jste se k tomu naučil za těch sedm let s Raptors?

„Víte, myslím, že člověk se musí především naučit, jak svou dosavadní evropskou zkušenost využít a uplatnit v organizaci na druhé straně oceánu. Člověk se tam naučí věci, které tady nevidí a nevnímá je, dokud se nedostane tam. Můžu dát různé příklady z různých oblastí. Třeba skauting: na začátku sezony musí každý klub nahlásit na centrálu NBA seznam svých skautů. Když se na seznam podíváte, uvidíte, že v každém klubu je mezi skauty na prvním místě prezident, pak generální manažer, pak asistent generálního manažera atd. Každý je tam skaut. Každý cestuje, sleduje utkání, vyhledává, sleduje a hodnotí talenty a zaznamenává své poznatky do své databáze, protože každý je posedlý informacemi. To je jedna stránka sportovní organizace.“

A co ty další?

„Třeba prodej lístků. Víte, kolikrát jsme seděli na telefonu a volali lidem, jestli už si koupili novou permanentku nebo proč nepřišli na poslední utkání, že máme nový tým a chystáme na sezonu tohle a tamto? Každým slovem jsme se snažili ty lidi přesvědčit, aby přišli. Nebo

vztah k potenciálním sponzorům: dobře si vzpomínám na svoje snídání v Air Canada Center, dnes je to Scotiabank Arena. Člověk pozval třicet lidí z jedné firmy na snídání a při tom jim vysvětloval, kdo jsou to Raptors, kam směřujeme a jak toho chceme dosáhnout. Vždycky když bylo domácí utkání, měl člověk sice vlastní povinnosti, ale zároveň byl stále připraven se kdykoliv setkat s někým z byznysu. Celý váš život se tam odehrává v logice fungování vaší organizace a také se stále něco z každé oblasti její činnosti učíte. A když se pak vrátíte zpátky do Evropy, snažíte se co nejvíc z toho uplatnit a využít zase tady.“

Co tedy takový basketbalový generální manažer potřebuje, aby měl úspěch?

„Musí mít především obrovský zápal pro hru. Musí hru milovat, protože musí pocítit vzrušení pokaždé, když vidí hráče na hřišti. Musí umět zhodnotit úroveň hry, vnímat svou roli a rozumět jí, protože je neustále spojkou a zároveň filtrem mezi vlastníky a technickým personálem. Jste lídrem všech, kteří nejsou právě na hřišti, jste lídrem celé organizace. Abyste tohle mohl dělat, musíte pochopit a akceptovat, že budete v práci čtyřicet hodin denně po sedm dnů v týdnu, 365 dní v roce. S takovým přístupem musíte žít pro svou →



Željko Obradović, srbský trenérský vulkán, je mnohými považován za nejlepšího kouče v evropské historii. Jugoslávce dovedl ke dvěma titulům mistra světa, Euroligu vyhrál rekordně devětkrát a ve Fenerbahce působí o sezonu déle než Gherardini.



vášeň. Dívat se na basketbalové utkání se pro vás nesmí stát rutinou, musíte chtít vidět pořád víc. Věděl jsem, že budu dnes muset vstávat brzy, abych se dostal včas na konferenci, ale to mi nezabránilo, abych v noci sledoval sedmé utkání NBA play off mezi Denverem a Blazers a Raptors proti Philadelphii, protože to je součástí mého basketbalového know-how, mého basketbalového světa. Člověk tohle musí žít s plnou vášní, aby rozuměl každému jednotlivému detailu byznysu, ve kterém se pohybuje.“

Byla právě tahle vášeň to, co vás v květnu 2014 přimělo přijmout nabídku Fenerbahce Istanbul?

„Ano – vášeň ve spojení s výzvou. Protože když řeknete vášeň, říkáte tím také, že vnímáte život jako souvislou řadu výzev. Výzvy na nás čekají každý den, ty malé i ty velké. A postavit se jim znamená pro každého z nás klíč k vlastnímu životu – nejen na basketbalovém hřišti. Takže když mi zavolal Željko Obradović a řekl, že stojí před výzvou stát se nejlepším tureckým týmem v historii, přestože mu tam všichni říkají, že to s tureckým vedením basketbalu prostě není možné, přemýšlel jsem o tom. Nerozhodl jsem se během pěti sekund jako tehdy s Raptors, trvalo mi o pár sekund déle to celé zvážít, ale pak jsem mu řekl, že do toho půjdeme spolu. Že budeme společně

žít pro tuto výzvu. Skutečnost, že jsme se už v prvním roce proboujvali do euroligového Final Four, že jsme se tam pak dostali každou novou sezonu a že jsme EuroLeague nakonec také vyhráli, je dnes samozřejmě skvělou satisfakcí. To ale neznamená, že už někde nečeká nějaká nová výzva – kdo ví? Situace se může kdykoliv posunout či změnit, ale je důležité vnímat své každodenní výzvy vždy znovu a žít tak dál pro svou vášeň. Možná, že právě tohle je tajemstvím života.“

Tým, se kterým jste prohráli v semifinále Euroligy a taky v sedmém utkání finále turecké ligy, je

v současnosti na špici tabulky, že?

„Ano, Efes hrál letos opravdu skvělou sezonu a není náhoda, že jsou v čele ligy. Uvědomujeme si, že Efes má opravdu velice dobrý tým. Utkali jsme se letos vzájemně v různých soutěžích čtrnáctkrát a výsledek je 6:8. Byla to vyrovnaná finálová série a pro nás těžší, než se čekalo, protože jsme přišli o některé hráče, třeba Jana Veselého, a nebyli jsme kompletní. Ale znám naše hráče, znám naše fanoušky i Željka Obradoviče a věděl jsem, že budeme bojovat až do konce.“

Co vlastně generální manažer může udělat pro tým tři dny před rozhodujícím utkáním?

„Prostě jen z pověřivosti pomáhat každému dodržovat zaběhané postupy... Ale vážně: hráči sami dobře vědí, o co jde a o co se hraje, nemusíte je nijak zvlášť motivovat. Člověk se v takové situaci snaží udržovat hráče v klidu a pohodě a být trochu uvolněnější než ostatní, aby zbytečně nezvyšoval tlak. Bavíme se sice o basketu, ale bývá to především mentální výzva. Zvládnout takové utkání mentálně je často klíčem k vítězství. Mým úkolem prostě je, aby všechny součásti celku běžely hladce, abych se u své práce pokud možno ještě stačil usmívat a nebyl ve stresu, protože až dojde k samotnému utkání, bude stresu až až. Nakonec, pro úspěch musíte být vždycky pozitivní!“ □

MEZI SVĚTOVOU ELITOU

MISTROVSTVÍ SVĚTA V BASKETBALU
31/8 - 15/9/2019

SLEDUJ NA  sport



HOME
CREDIT

✓ Tipsport



SKUPINA ČEZ



Kooperativa
VIENNA INSURANCE GROUP



HYUNDAI



Česká televize

Česko
země příběhů



molten
For the real game.



MONDO

Chance

Radiožurnál
Český rozhlas

deník

Mladá, talentovaná a úspěšná sportovkyně, která dokáže položit na lopatky i ključí oponenty. Sedmnáctiletá hokejbalistka **VANESA HALBRŠTÁTOVÁ** nastupuje za několik kategorií včetně dospělých a musí se srovnávat s odlišným přístupem různých trenérů. A nejen to: od přípravek přes žákovská družstva až po dorostenecký tým Letohradu patřila mezi nejvýraznější hráče v chlapeckém týmu.

Dřív na mě platil klid, teď mi vyhovuje zvýšen

Začátky

„S hokejbalem jsem začala v deseti letech, ale měla jsem k němu blízko od malička, protože jsem se každý víkend dívala na bráchovy zápasy. Brala jsem to spíš jako povinnost. V tu chvíli by mě nenapadlo, že bych takový sport mohla někdy dělat. Na první trénink mě přivedl bratranec Vířa Rozlílek, současný hokejista juniorského týmu HC Dynamo Pardubice. Vždycky mi vyprávěl, jaká je sranda v kabině a jak vyhrávají, a pořád mě lákal, abych šla hrát taky. No a vzhledem k tomu, že je jen o rok starší, tak bychom hráli spolu v týmu a já bych prožila tu srandu a emoce, když se vyhrává i prohrává, s ním, a to jsem si nechtěla nechat ujít.“

Hokejbalová rodina

„O 9 let starší bratr David pro mě nikdy nebyl vzorem. Je to prostě brácha a brala jsem to tak i v souvislosti s hokejbalem. Jediné, co jsem od něj okoukala, je spalování šancí a to, že místo střely radši ještě třikrát nahrajeme. (úsměv) Asi dvakrát se stalo, že jel s ženským týmem na turnaj. Pořád mi dával rady a říkal, co mám dělat, ale mě to akorát vytočilo a nevnímala jsem ho. Až zpětně jsem uznala, že má pravdu. Táta stál u začátků hokejbalu v Letohradě, sám ho hrál. A občas mi přijde, že se doma nechce bavit o ničem jiném než o hokejbale. Ale mám ráda, když přijdu ze zápasu, uděláme si kávu a hodnotíme to. U maminky ani nevím, jak začala hrát

hokejbal. Ona je odjakživa sportovní d'ábel. Do všech sportů se hrne a nikdy nemá dost. Hrajeme spolu za letohradské Laně a určitě nás to víc spojilo. Ale někdy je to i na škodu. Když jsme na hřišti, snažím se jí říkat a radit, co má dělat a kde má stát, ale někdy mi ujedou nervy a zakřičím na ni, čímž se to mezi námi trochu pokazí. Naštěstí to mamka dál neřeší a nechá to na hřišti.“

První trenér

„Můj první trenér byl Ladislav Kubíček. Brala jsem ho stejně jako kluci. Nikdy jsem žádné úlevy neměla, ani na mě víc nešlapal. I když si myslím, že to někdy musel mít těžké, choval se ke mně jako ke klukům, za což jsem teď ráda. Asi bych se necítila zrovna nejlíp, kdybych věděla, že jsem se mohla ulevvat a prošlo mi to jen tak, zatímco kluci musí tvrdě makat. Jako hráč poznáte, že vám to s trenérem klapne, víte, že tomu rozumí a má vám co předat, tak posloucháte každé jeho slovo a snažíte se dělat přesně to, co on řekne. Protože víte, že to tak bude fungovat a vyhrajete, a to přesně byl Láďa. Doted' si moc dobře vzpomínám na jeho rady a snažím se je využívat i teď, když už mě nějakou chvílku netrénuje. Bohužel. Pro mě je to určitě jeden z nejlepších trenérů. Taky jsem s ním získala můj první titul v mladších žácích. V Letohradě pomáhám trénovat děti a pro tuhle práci si беру příklad jenom z Ládi, protože mě trénoval ve věku, kdy jsem byla nejbliž dětem, které teď trénuji.“



VANESA HALBRŠTÁTOVÁ

Narozena: 21. 7. 2001

Profese: hokejbalová útočnice

Kariéra: SK Hokejbal Letohrad (od žáků po dorostence), Slavia Praha (ženy A-tým)

Největší úspěchy: bronz na MS žen, zlato na SP juniorek U18, extraligový titul žen se Slavií (vše 2019)

Zajímavost: její 26letý bratr David Halbrštát hraje extraligu za SK Hokejbal Letohrad

„NIKDY SE MI NESTALO, ŽE BY SE MI KLUCI SMÁLI NEBO ŽE BY NA MĚ BYLI NĚJAK ZLÍ. PRVNÍCH PÁR TRÉNINKŮ JSME SE PŘED SEBOU NAVZÁJEM STYDĚLI NĚCO ŘÍKAT, ALE ANI NE PO DVOU TÝDNECH TO OPADLO.“

ý hlas

Holka v klučičím týmu

„Nikdy se mi nestalo, že by se mi kluci smáli nebo že by na mě byli nějak zlí. A myslím si, že se to nestalo ani ostatním holkám, nebo jsem aspoň ještě na nikoho takového nenarazila, kdo by s tím měl nějaký problém. Prvních pár tréninků jsme se před sebou navzájem styděli něco říkat, ale řekla bych, že ani ne po dvou týdnech to opadlo. Ještě jsem navíc měla tu výhodu, že jsem začínala v týmu s Vítou, což byl kapitán týmu, takže si na mě ani nikdo moc nedovoloval. A i kdyby si náhodou někdo něco dovolil, tak by pak byl v záloze brácha. Trenér by nebyl třeba. Párkrát se mi stalo, že jsem dostala při zápase méně příležitostí a prostoru, ale rozhodně to nebylo nijak často. Trenéři mě nikdy nepřehlíželi, ani jsme spolu neměli žádné problémy. A s mentalitou klučičího týmu jsem neměla už vůbec žádné problémy. Přijde mi, že s kluky z Letohradu jsme tak nějak na stejné vlně. A za ty roky, co s nimi hraju, jsme si na sebe i zvykli a jsme v pohodě.“

Trenéři Sudík a Vychytil

„Ve starších zácích mě vedl Jakub Sudík. Hodně velký klid'as, na hřišti

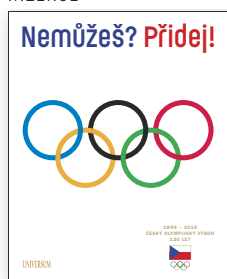


Zlatý triumf českých junierek do 18 let na letošním Světovém poháru v České Třebové a Litomyšli



FOTO: ALENA ZAPLETALOVÁ, JIŘÍ ZANÁT

INZERCE



Oficiální publikace ke 120 letům
Českého olympijského výboru

Nemůžeš? Přidej!

www.olympic.cz/kniha
K dostání v síti knihkupectví Luxor





Ligové šampionky ze Slavie a jejich trenér Karel Manhart (v modré bundě). Klub slavil podesáté, útočnice Vanesa Halbrštátová (nahore pátá zleva) poprvé.

vypadá, že ho zápasy vůbec nezajímají, že je tam jen z povinnosti. Ale rozhodně to tak není! Kuba si to nechává do šatny. Občas se dokáže i dost rozvášnit. Zná se s ním už dlouho mimo trénování, takže pro mě bylo dost těžké brát ho s maximálním respektem. Trénoval mě tři sezony. Hrál hokejbal, tuším, 11 let, má obrovské zkušenosti i ze hry, tak jsem se ho snažila dost vnímat. Petr Vychytil mě trénoval v dorostu dva roky. Dával na střídačce emoce najevo a mluvil na nás dost na hřišti i v kabině. Hraje stále aktivně za mužský A-tým, takže se snažil s námi mluvit tak, jak se mluvilo k němu. Hodně se mi na něm líbilo, že mi dával příležitost i přesto, že jsem holka a kluci u nás jsou rychlejší a silnější. Pořád se mnou mluvil a psal mi, ať jedu s nimi hrát.“

První ženský tým v Letohradě

„Postupem času vznikal v Letohradě první ženský tým. Mezi letohradskými Laněmi a kluky je obrovský rozdíl. Naše holky si hrají spíše jen tak pro radost. Kdežto kluci si jdou tvrdě za vítězstvím, ať to stojí cokoli. Takže i na tréninku nebo v kabině je velký rozdíl. Musím vždycky přepnout v hlavě, že je to něco jiného. Hokejbalistky vede juniorský gólman

Michal Novák a má to ještě o to těžší, že musí přepnout z kluků na ženy a z hráče na trenéra. A to se musím přiznat, že s námi to teda lehké nemá. I když to asi žádný chlap s ženami. Ale zvládá to dobře. Holky udělaly velký posun, a to hlavně díky němu.“

Od klid'asů k peprnějším slovům

„S žádným trenérem jsem neměla problém. Dříve jsem chtěla spíš klidnější přístup. Vyhovovalo mi, že mi trenér řekl své poznatky v klidu a nezvyšoval hlas, než když na mě někdo křičel. Proto když jsme měli s Karlem Manhartem, trenérem reprezentace žen a Slavie

„KAREL MANHART MÁ HROZNĚ MOC ZKUŠENOSTÍ S TRÉNOVÁNÍM, TO PAK VNÍMÁTE A ŽERETE MU KAŽDÉ SLOVO. OBZVLÁŠTĚ KDYŽ NĚCO ŘEKNE, VY TO TAK UDĚLÁTE A ONO TO FAKT FUNGUJE.“

Praha, první trénink, tak to byl pro mě šok a říkala jsem si, že už v životě pod ním nechci trénovat. Ale blížil se Světový pohár v Přerově, tak jsem se musela kousnout. A teď si to nemůžu vynachválit. Asi jsem se i změnila, jsem o něco starší a vyhovuje mi už druhý způsob. Ten s těmi důraznějšími a peprnějšími slovy.“

Ostrý reprezentační kouč

„Loni, když mi bylo 16 let, jsme vyhrály v Přerově premiérový Světový pohár juniorek do 20 let. Tým vedl Karel Manhart. Při prvním tréninku s ním jsem byla hodně v šoku, ale musela jsem to vydržet, protože jsem si chtěla zahrát na turnaji. Byla to moje první velká zkušenost v reprezentaci. Karel je perfektní trenér. Servítky si rozhodně nebere a někdy to přehání, ale já už si ho ani jinak nedokážu představit. Je svůj a má jiný přístup, než s jakým jsem se setkala jinde. Musíte si k němu najít cestu a pak poznáte, že je fajn. Má hrozně moc zkušeností s trénováním, to pak vnímáte a žerete mu každé slovo. Obzvláště když něco řekne, vy to tak uděláte a ono to fakt funguje. Máme za sebou dost společných tréninků, zápasů, Světový pohár a teď i mistrovství světa dospělých v Košicích. Mám díky němu i větší chuť



Vanesa Halbrštátová v reprezentačním dresu i v akci za letohradské dorostence.



hrát. S holkami i s kluky. Když mi Karel nabídl angažmá v ženském týmu Slavie, nemohla jsem to odmítnout. Sezona byla suprová, všechny turnaje jsme si užívaly. Totální pohoda v kabině. A završení zlatou medailí.“

Bronz z MS dospělých

„Karel mi říkal, že v Košicích nedostanu tolik prostoru. Že budu hrát ve čtvrté lajně, ale že to bude pro mě obrovská zkušenost a že mi chce dát šanci získat ji. Byla jsem s tím smířená. Naštěstí byl pak ještě Světový pohár juniorek do 18 let, kde jsem věděla, že si zahraju dost. Jsem neskutečně moc ráda, že mi dali trenéři v Košicích na MS takovou příležitost a mohla jsem být součástí té super party holek. Omrkla jsem, jak to chodí na nejvyšší ženské úrovni, a doufám, že si na mistrovství světa ještě někdy zahraju.“

Trenér zlatých juniorek

„Světový pohár juniorek do 18 let se hrál v České Třebové a Litomyšli a pod vedením Martina Davidka jsme získaly titul. Na to, že Martin nikdy předtím netrénoval holky, to zvládl výborně. Nebylo ani poznat, že trénoval jen kluky. Určitě něco převzal z dospělé ženské reprezentace. Byl na pár kempech a v Košicích, což si myslím, že mu dalo hodně. Hlavně mu pomáhali ještě Tomáš Pelcman a Václav Tůma, který trénuje holky v Plzni. Martina a Karla Manharta nejde srovnávat. Myslím si, že není ani možné, aby byli dva trenéři stejní. Jde

6

**Tolik bodů za 3 góly a 3 asistence
nabrala Vanesa Halbrštátová
ve čtyřech zápasech při zlatém
SP juniorek U18.**

jenom o první moment, než si uvědomíte, že tam není ten výbušný trenér, ale ten klidný. Martin je klidný a pohodový člověk, až jsem se při finále divila, když se jednou rozvášnil. Ale pořád na nás na střídačce mluvil, hlavně když jsme hrály finále, což bylo důležité. Byl to další suprový zážitek v kariéře.“

Čím štvu trenéry

„Ani nevím proč, ale nechci jezdit nájezdy. Nemám z nich prostě dobrý pocit. Ani při zápase, ani na tréninku. Víím, že jsem asi jediná, kdo k nim má takový přístup, ale prostě nechci. Trenéry to dost štvu, hlavně Filipa Červinku, hlavního trenéra juniorů Letohradu. Od něj za to schytávám hrozně moc narážek. Občas - jednou na podzim a jednou na jaře - se mu povede mě přesvědčit a jdu si vymíchat Míšu Nováka mezi nožky. (smích) Ale myslím, že už si na to všichni kromě Filipa zvykli. A jestli mají trenéři krásky, tak určitě ne ze mě. (úsměv)“ □

INZERCE

LOSÝ PRACHY V HRSTI

TOLIK HLAVNÍCH VÝHER JSME TU JEŠTĚ NEMĚLI



**Setři
a vyhraji**

**SAZKA
LOSÝ**

Jak si nejlépe odpočinete, a proč?

TEXT: MICHAL JEŽDÍK



↓ **JAN FILIP**

házená, trenér reprezentace mužů (6. místo na ME 2018) a šéftrenér tréninkových center mládeže

„Jelikož už aktivně nehraji, nejlépe odpočívám pohybem: kolo, kruhové tréninky v posilovně, běh nebo golf, kterého jsem v letošním roce z časových důvodů odehrál minimum. Rovněž trávím rád odpočinek s rodinou nebo s kamarády na výborném plzeňském pivu.“



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ

JAROSLAV ŠILHAVÝ

fotbal, trenér české reprezentace



„Přiznám se, že moc odpočívat neumím. Stále je o čem

přemýšlet, někdy je toho plná hlava... I když vypadám jako klid'as, někdy se to ve mně pěkně vaří. Zvláště když mi na něčem hodně záleží. Nicméně v kruhu rodinném (s vnoučaty) se cítím hodně dobře, a když chci vypnout úplně, jdu si zaběhat, do posilovny... Prostě se zpotím.“

NATÁLIA HEJKOVÁ

basketbal, 5 titulů v Eurolyze žen, trenérka ZVZ USK Praha, 31. srpna bude uvedena do Síně slávy FIBA



„Záleží, o jakou část roku se jedná. Mimo basketbalovou sezonu odpočívám už tím, že se snažím basket vytěsnit z hlavy. Takže všechno, co dělám, je vlastně odpočinek. V sezoně vypínám nejraději vaření. Tam se musím soustředit, aby něco neshořelo. Nepohrdnu ani nějakou nablblou počítačovou hrou. Pomáhají mi také procházky, hudba, chodím na výstavy. Postupem času bohužel méně čtu, utíká mi soustředění se na text. Ze všeho nejlepší je ale odpolední šlofik!“

bohužel méně čtu, utíká mi soustředění se na text. Ze všeho nejlepší je ale odpolední šlofik!“

NIKOLAS ENDAL

místopředseda České asociace stolního tenisu



„Nejlépe si odpočinu se svou rodinou. Nejvíce

energie mi dodává můj malý 15měsíční syn, který je neustále v pohybu, takže s ním vlastně denně aktivně sportuji.“



FOTO: PRŮFIMEDIA.CZ

MARTIN DOKTOR

sportovní ředitel ČOV



„Já úplně nemám jednu vyhraněnou činnost či nečinnost, u které bych si nejlépe odpočinul. Někdy je to sport,

v ideálním případě, když mám možnost se projet na vodě. Ale moc se mi to nestává. Jindy si naopak odpočinu u hezkého filmu či knihy. Anebo třeba v sauně – přes zimu je to pro mě asi největší relax.“

MAREK CHLUMSKÝ

hlavní metodik Českého florbalu



„Odpočinek je pro mě doba, kdy jsem schopen odpoutat se od myšlenek, které mě zatěžují, dokud je nevyřeším nebo nezformuluju do něčeho konkrétního a uchopitelného. K tomu mi slouží jakákoli sportovní aktivita, do které se můžu plně ponořit, vypnout všechny rušivé myšlenky a soustředit se jen na přítomnost. Druhou variantou je pro mě čtení, kde můžu prožívat realitu někoho jiného a odpoutat se od té své. Po obou těchto aktivitách jsem schopen pracovat mnohem efektivněji a s větší radostí.“

JAKUB MALÍK

baseball, kapitán české reprezentace, hráč Arrows Ostrava



„Pokud mně to čas dovolí, rád si zajdu do wellness centra, kde využívám saunu s kombinací studeného bazénku. Snažím se ve studené vodě vydržet několik minut, aby se svaly dobře regenerovaly. Pokud nemám tolik času, snažím se relaxovat doma s rodinou, nic zvláštního nedělat, ale hlavně si odpočinout mentálně před dalším tréninkem a zápasy. Na turnajích se rád dívám na filmy a seriály.“

MICHAL NEKOLA

volejbal, trenér české reprezentace mužů a Dukly Liberec



„Poslední čtyři roky střídám klubové a reprezentační povinnosti, takže času na odpočinek je opravdu málo. Nejraději trávím volný čas v rodinném kruhu. Zajdeme si na dobré jídlo, koukneme na film, projdeme se po Praze a snažíme se být co nejvíce spolu. To je pro mě nejlepší odpočinek.“

JOAN LEZAUD

squash, hlavní trenér SCS Strahov, bývalý reprezentační trenér Guatemaly a El Salvadoru



„Můj nejlepší způsob, jak si odpočinout během dovolené, je cestovat, navštěvovat nové země, poznávat nová místa, ochutnávat místní jídla a potraviny, zkoumat lokální zvyky, minimalizovat používání telefonu a připojení na internet, a pokud možno plánovat jen to, co je absolutně nutné. Jako každý trenér, i já během sezony stále něco plánuji, chci mít ideální plán na dnešek, na zítřek, na celý týden, měsíc i rok. Pro sebe i pro hráče. Můj odpočinek je vlastně pokus plánovat co nejméně, co budu dělat, omezit spojení s mobilem a počítačem a zaměřit se na prožitek každého přítomného momentu.“

INZERCE

#BASEBALLCZECH



f
EURO
BASE
BALL
23

7.-11.8.2019

EAGLES PARK | AREÁL TEMPO



Czech Republic
Land of Stories





Masai Ujiri, rodák z anglického Bournemouthu, dítě nigerijského otce a keňské matky vyrůstající v Africe, původně fotbalista. A dnes maximálně respektovaný generální manažer v NBA, protože Toronto Raptors dovedl k historickému titulu.

Dvě nečekaná tažení za triu

WE T HE



TEXT: LUBOŠ BRABEC

Kdo si před rokem vsadil tisícovku na to, že St. Louis Blues získají Stanley Cup a zároveň Toronto Raptors ovládnou NBA, mohl letošní dovolenou strávit na velkolepé cestě kolem světa. Šampiony se totiž staly týmy, které sice nebyly řazeny do kolonky „outsider“, přesto se jejich triumf nečekal. Už proto, že do té doby nic nevyhrály. Asi už jste četli, že jejich úspěch je sportovní pohádkou. Kdepak. Je za ním tvrdá práce, víra ve vlastní síly a rozvaha klubových šéfů.

FOTO: PROFIMEDIA.CZ

mfy v zámořských profi ligách

N O A R T H



Výjimečná střela ve čtyřech obrazech. Kawhi Leonard ji trefil se sirénou v sedmém duelu 2. kola play off proti Philadelphii a zajistil postup. Raptors pak došli až na vrchol.

2

Kawhiho slavná rána v rozhodující bitvě byla teprve druhou vítěznou s klaksonem v dějinách play off NBA. Tu první vyslal Michael Jordan v roce 1989 proti Clevelandu, tehdy v Game 5.



1. Příběh z Toronta: když basketbal je víc než hokej

Ten okamžik možná navždycky změnil historii kanadského sportu. Torontský basketbalista Kawhi Leonard se prodral po pravém křídle do rohu hřiště a se zazněním klaksonu, v poslední vteřině sedmého zápasu semifinále Východní konference NBA proti Philadelphii 76ers, vystřelil. Míč čtyřikrát poskočil po obroučce – a potom k jáсотu vyprodané Scotiabank Areny propadl košem. Raptors utkáni vyhráli 92:90 a celou sérii 4:3.

Televizní diváci v dalších hodinách viděli osudový moment z mnoha úhlů a experty rozebraný do nejmenších detailů. Stránkám sportovních rubrik dominovaly fotografie soupeřů i protihráčů, jak se zatajeným dechem sledují, jestli se míč odrazí mimo, nebo skončí uvnitř koše. Kdosi dokonce celou situaci vymodeloval pomocí stavebnice Lego.

Byl to koš, který většina fanoušků uvidí jednou za život. Pro ty kanadské je už teď stejně důležitý jako slavné góly hokejistů Paula Hendersona či Sidneyho Crosbyho v reprezentačním dresu. A zcela jistě to byl klíčový moment v cestě Raptors za titulem. Hráči i příznivci najednou věděli, že teď už nic není nemožné (i když s chladným odstupem viděno: pokud by míč dopadl mimo,

hrálo by se prodloužení, a nikde není psáno, že by v něm Toronto neuspělo).

Až se bude po letech vzpomínat na play off NBA 2019, bude se zdůrazňovat, že Torontu při historickém úspěchu mimořádně přálo štěstí – a jako důkaz poslouží právě Kawhiho střela.

Ale soutěž, jakou je NBA, nevyhráváte díky štěstí. Když pak Raptors v konferenčním finále vyřadili Milwaukee Bucks, nejlepší tým základní části, nestalo se tak proto, že by byli šťastnějším mužstvem. To by jako zdůvodnění obra-

ilustruje jedinečnost toho, co Toronto letos dokázalo.

Raptors to nikdy v konkurenci hokeje (Maple Leafs získali třináctkrát Stanley Cup a jsou národní kulturní památkou) nebo baseballu (Blue Jays dvakrát ovládli Světovou sérii) neměli jednoduché. Do NBA vstoupili nenápadně v roce 1995 a bojovali nejen o přízeň fanoušků, ale i o respekt v lize. Období ambicí a nadějných nádechů se střídala s krizemi stejně pravidelně jako hráči a trenéři v kabině.

RAPTORS DO NBA VSTOUPILI NENÁPADNĚ V ROCE 1995 A BOJOVALI NEJEN O PŘÍZEŇ FANOUŠKŮ, ALE I O RESPEKT V LIZE.

tu z 0:2 na 4:2 neobstálo. A byť ve finále proti nim stál zraněnými decimovaný šampion z Golden State Warriors, i tohle bylo vítězství logické a zasloužené.

Nejlepší GM

Byl to vrchol cesty, kterou kanadský klub krácel od roku 2013, kdy do funkce generálního manažera povolal Masaie Ujiriho. Muže, jehož příběh dokonale

Představa, že Raptors někdy vyhrají titul, byla na přelomu tisíciletí stejně málo pravděpodobná jako šance, že Masai Ujiri udělá velkou kariéru v basketbale.

Narodil se v roce 1970 v Anglii, kde rodiče studovali medicínu, ale od dvou let vyrůstal v Nigérii, vlasti svého otce. Jeho sportovní touhou bylo stát se fotbalistou. Basketbalový kurt pro něj byl



pouze místem, které musí obejít, když jde na trénink. Všechno se změnilo ve chvíli, kdy dostal dvě zásadní videokazety: jednu se sestřihem akcí Hakeema Olajuwona, nigerijské hvězdy NBA, a druhou s filmem Michaela Jordana „Come Fly With Me“.

Masai zatoužil stát se basketbalistou a počátkem 90. let odešel do USA, studovat i hrát. Po střední škole to dva roky zkoušel v Severní Dakotě, pak se přesunul do Montany, ale po jednom semestru opustil i tuhle vysokou školu. Studium nedokončil a místo něj zvolil dráhu profesionálního basketbalisty v Evropě. Trvala šest sezon a nebyla kdovíjak oslnivá: nejvíc času strávil v Anglii, pak hrál druhou německou ligu, mohl se i v Dánsku, Finsku, Belgii.

V roce 2002 se rozhodl, že zkusí prozrazit jako skaut nebo kouč. Navštěvoval letní ligy v USA, seznamoval se s důležitými lidmi. Jednou doprovázel mladého afrického hráče na zkoušku v týmu Orlando Magic a místní trenérský štáb oslnil natolik, že mu nabídl pozici nep placeného skauta. Cestoval po zápasech, spal, kde se dalo, a pomalu stoupal v hierarchii profesionálního basketbalu.

Další nabídka už byla za peníze – od klubu Denver Nuggets. Po čtyřech letech ho přetáhlo Toronto, kde zastával pozici šéfa globálního skautingu. Získal si pověst bystrého a pracovitého experta, který se nebojí jít proti proudu, který rozumí sportovní i byznysové stránce svého oboru. V roce 2010 se vrátil do Denveru, teď už jako generální manažer. O tři sezony později se zapsal do historie NBA jako první a dosud jediný cizinec, jenž získal ocenění pro nejlepšího GM.

A pak přišel další návrat. Do Toronta.

Trenér roku? Končíš

Přebíral Raptors jako nejhorší tým Atlantické divize a toužil ho dostat na opačnou stranu. První ráznou věcí, kterou udělal, byl trejd klubové ikony a někdejší jedničky draftu Andrey Barganiho do New York Knicks. „Chceme obstát. Chceme vítězit. Chceme být v Torontu důležití. Naším cílem je vyhrát jednu NBA,“ zopakoval i na jaře 2015, když Raptors v prvním kole play off padli 0:4 s Washingtonem.

Potom je třikrát zastavil LeBron James s Clevelandem. I před rokem, kdy stále se lepší Toronto poprvé v historii



vyhrálo základní část. To už Ujiri nebyl generálním manažerem, všechno řídil z pozice prezidenta klubu. A z výsledku neměl radost. „Musíme změnit zdejší kulturu,“ rozčlil se. „Postoupit do play off, to pro mě není žádná meta. Ano, měli jsme nějaké úspěchy, ale jsme tady od toho, abychom vyhráli titul. Už nechci nic slyšet o tom, že hrajeme proti super týmům a super hráčům. Naší prací je tyhle chlapíky porazit.“

Pro Toronto byl vždycky problém nalákat nejlepší basketbalisty. Málokomu se chtělo do města, kde jsou nejvyšší daně a největší zima v NBA. Jiným vadilo, že jako hráči kanadského klubu by nebyli tolik vidět a klesala by jejich cena na reklamním trhu. Bez kamer ESPN ani ránu! Další prostě nevěřili, že klub je schopen něco vyhrát. Raptors zkouše-

li ulovit Blake Griffina, Kyrieho Irvinga, Anthonyho Davise i Kevina Duranta, vždycky se stejným výsledkem.

Tohle se Ujiri před rokem rozhodl změnit. Při letní cestě po Keni, kde s přítelem Barackem Obamou slavnostně otvírali dětské centrum, upekl svůj největší trejd. Rozhodl se přivést Kawhiho Leonarda, dvojnásobného člena All Star Teamu NBA. Navzdory tomu, že byl aktuálně zraněný a v sezoně odehrál pouze devět utkání. Spolu s ním ze San Antonia získal Dannyho Greena, dalšího borce, který ví, jaké je to vyhrát ligu. Opačným směrem poslal mj. amerického reprezentanta DeMara DeRozana, s nímž o dva roky dřív podepsal pětiletou smlouvu na 139 milionů dolarů. Zprávu o výměně mu telefonoval o půlnoci, z chodníku na ulici v Nairobi.



„POSTOUPIT DO PLAY OFF, TO PRO MĚ NENÍ ŽÁDNÁ META. JSME TADY OD TOHO, ABYCHOM VYHRÁLI TITUL. UŽ NECHCI NIC SLYŠET O TOM, ŽE HRAJEME PROTI SUPER TÝMŮM A SUPER HRÁČŮM. NAŠÍ PRACÍ JE TYHLE CHLAPÍKY PORAZIT.“

Raptors vždycky sázeli na globální sestavu. Teď byli jedinými Evropany na soupisce španělský pivot Marc Gasol (vlevo) s Britem OG Anunobym, mezi asistenty byste našli slavného italského kouče Sergia Scariola.

O pár týdnů dřív vyhodil i kouče Dwana Caseyho – ironií osudu krátce předtím, než si na galavečeru NBA šel pro cenu nejlepšího trenéra sezony. Místo něj z asistentké pozice povýšil Nicka Nurseho, jenž se do té doby nejvýrazněji prosadil v britské lize...

Ujiri rozbil hodně z toho, co v předchozích sezonách trpělivě stavěl, protože věřil, že dělá správně. Cítil, že tým potřebuje nový impulz, že musí doplnit posledních pár dílků do mistrovské skládky. „Dlouho jsme se pokoušeli přivést superhvězdu – a teď tady je. Ne-

máte moc často možnost získat jednoho z pěti nejlepších hráčů ligy. Když se vám naskytne, musíte ji využít,“ vysvětloval Kawhiho příchod.

Byl kritizován za to, že draze koupil hráče s nepevným zdravím a končící smlouvou, ale nejpozději po památném koši z posledního zápasu proti Philadelphii tyhle hlasy utichly. Kawhi se stal ikonou Toronta, a když s ním vedení Raptors po sezoně (neúspěšně) jednalo o prodloužení kontraktu, div se ve městě nekonaly demonstrace, aby neodcházel.

9

Tolik trenérů vedlo tým Toronto Raptors od nástupu do NBA v roce 1995. Tenkrát do ligy vstoupil i druhý kanadský klub Vancouver Grizzlies, jenž se o šest let později přesunul do Memphisu. →

INZERCE

TOYOTA | **CZECH TEAM**

GENERÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU

CHCETE JEZDIT JAKO TÝM I VY?

**PROACE VERSO
PROSPORT**

Více na www.autoproport.cz.





FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Odvážně za prsteny pro šampiony, aneb o 30 čísel menší Kyle Lowry takhle zastavil Giannise Antetokounmpa, řecký postrach v barvách Milwaukee

Za Ujirho časů se změnila nejen atmosféra v klubu, ale i jeho působení navenek. Raptors vysílají jasný vzkaz, že nejsou pouze reprezentanty Toronta, nýbrž celé Kanady. Od roku 2015 vystupují s hrdým heslem „We The North“ (tedy ti, co žijí na sever od USA) a velký nápis NORTH najdete i na dvou z aktuálních pěti sad dresů. Bez ohledu na skutečnost, že v uplynulé sezoně byl na soupisce jediný kanadský hráč, náhradník Chris Boucher.

Ne náhodou přišel rebranding v době, kdy hokejové kluby z Kanady pravidelně sledují boje o Stanley Cup zpovzdálí. Hokej, nebo basketbal? To bude spor-

ovní téma příštích let. Zatím nikdo nepochybuje o tom, že Kanadáné jsou hokejovou zemí, ovšem basketbal rychle smazává náskok. Ostatně, vymyslel ho Kanadán – James Naismith v roce 1891.

Ale hlavní důvody pochopitelně leží jinde. Basketbal je levnější, bezpečnější, dostupnější, můžete ho hrát na každém školním hřišti a s kýmkoli. A především je to globální sport. Jak se proměňuje demografická struktura Kanady, tedy přibývá imigrantů ze Střední a Jižní Ameriky, z Asie i Afriky, hokej přestává být jasnou volbou pro děti začínající se sportem. Jejich idolem bude pravděpodobněji Kawhi než Crosby.

Hrozba pro hokej

Obliba basketbalu roste mezi mladými lidmi i proto, že úspěchy kanadských hokejových klubů pamatují pouze lidé dříve narození, poslední Stanley Cup pro Maple Leafs vlastně už jenom důchodci... Před pěti roky pouze 28 procent Kanadánů ve věku 18 – 34 let sledovalo NBA v televizi nebo online, loni už to bylo 40 procent. Po vítězném play off jistě tohle číslo ještě vzroste.

Možná většina ze dvou milionů příznivců, kteří v ulicích Toronta slavili basketbalový titul, ani netušila, jak se vlastně jmenuje pohár, o který se hrálo, ale to nic na sportovní horečce vyvolané úspěchem Raptors neměnilo. Při posledním finálovém zápase sedělo před obrazovkou 7,7 milionu fanoušků, tedy de facto každý čtvrtý obyvatel země. Další se dívali v barech, v kinech, halách, nebo měli puštěné nelegální streamy na internetu.

A to není všechno. Kanadáné jsou aktuálně druhým nejpočetnějším národem v NBA a na posledním draftu měli šest zástupců, což při pouze dvoukolovém systému znamená podíl deset procent. Pravidelně hrají na velkých světových turnajích, mimochodem při nadcházejícím šampionátu v Číně, kterého se po 37 letech účastní i Češi, je povede právě Nick Nurse, kouč Raptors.

Když byl Masai Ujiri po oslavách titulu dotázán, jestli basketbal jednou v Kanadě předstihne hokej v popularitě, odpověděl: „Ano, opravdu si to myslím.“

Pokud k tomu dojde, bude to z velké části i jeho zásluha. A také zásluha toho, kdo mu kdysi v Nigérii věnoval videokazety s Jordanem a Olajuwonem. □ →



VELKÁ JÍZDA ZAČÍNÁ
PRVNÍM KROKEM

PŘIJĎTE SE PŘESVĚDČIT NA
TÝDEN HOKEJE!

23. – 29. 9. 2019

www.pojdhrathokej.cz



hokej.cz
OFICIÁLNÍ WEB ČESKÉHO HOKEJE



2. Příběh ze St. Louis: když čísla



FOTO: REUTERS

OD ROKU 2011 CHYBĚLI BLUES V PLAY OFF JEN JEDNOU – LONI, KDY JIM K POSTUPU CHYBĚL JEDINÝ BOD.

mají pravdu



Architekti triumfu St. Louis Blues: kouč Craig Berube a po jeho levici generální manažer Doug Armstrong

V roce 1967 se NHL rozšířila o šest klubů, na dvojnásobek. California Seals sídlící v Oaklandu zanikli ještě v 70. letech, ale ostatní nové organizace se solidně etablovaly. Dneska si bez nich málokdo dokáže soutěž představit. Do loňského léta získaly desetkrát Stanley Cup – ovšem jeden tým, St. Louis Blues, k téhle bilanci přispěl nulou. Nikdo jiný nečekal na titul tak dlouho. Až letos, po dlouhých 52 letech, mohli slavit i ve státě Missouri.

Přitom klub nikdy neměl problém lákat skvělé hráče a špičkové trenéry. V různých fázích svých kariér a různě dlouho v St. Louis hráli Wayne Gretzky, Brett Hull, Peter Šťastný, Chris Pronger, Grant Fuhr, Paul Kariya, Brendan Shanahan, Al MacInnis, Doug Gilmour, Scott Stevens a další členové Síně slávy. Mezi trenéry se zapsaly legendy jako Scotty Bowman, Jacques Demers, Mike Keenan nebo Joel Quenneville.

Jenže co se úspěchů týče, bylo na tom St. Louis hůř než Carolina. A to se paradoxně málokdy stávalo, že by klub nepostoupil do play off – přesněji pouze devětkrát z jednapadesáti pokusů. Ale většina nadějných sezon skončila podobně. Velké ambice, předčasný konec. Jako by v St. Louis chyběla DNA vítězů. Jako by se pohodový život v tradičním hokejovém městě odrážel na výkonech hráčů.

Mužem, který to měl změnit, se v roce 2010 stal Doug Armstrong. Bylo mu 46 let a na místo generálního manažera po-

výšil po dvou sezonách ve funkci ředitele hráčského rozvoje – tedy sportovního ředitele, jak by se asi řeklo správně česky. Hokej nikdy profesionálně nehrál, ale v éře po zavedení platových stropů bylo důležitější, aby GM byli lepší skauti a účetní než hvězdy s bohatou sportovní minulostí.

Bez dárků z draftu

Armstrong přebíral klub v době, kdy prožíval největší krizi své historie. Jedinkrát za předchozích pět let postoupil do play off. Blues byli jednou z těch organizací, které se v nových podmínkách, kdy si už nemohly koupit každého, na koho si ukázaly, nenaučily být úspěšné. Zároveň na tom nikdy nebyli tak špatně, aby skončili na dně NHL a mohli si vybírat z nejvyšších pozic draftu. Ne, žádný dárek v podobě Connora McDavidova nebo Tylera Seguinova jim z nebe nespadl. Za Armstrongova působení mělo St. Louis pouze dvě volby v TOP 20!

O to trpělivěji a pečlivěji musel klub skládat kádr. Spoléhat na skauty, kteří dokáží vybrat vhodné hráče v pozdějších kolech draftu, chytře trejdovat, umět najít zapomenuté talenty v Evropě i nižších soutěžích.

Dařilo se mu to skvěle. Od roku 2011 chyběli Blues v play off jen jednou – loni, kdy jim k postupu chyběl jediný bod. Pouze Pittsburgh v tomto období získal víc bodů. O to překvapivější bylo,



FOTO: PROFIMEDIA.CZ



když Armstrong loni 19. listopadu propustil kouče Mika Yea. Blues vyhráli sedm z úvodních devatenácti zápasů, což sice není bilance hodná potlesku, ale ani důvod k panice šest týdnů po začátku dlouhé sezony. Armstrong však věděl, co dělá. Nebyla to bezradná změna pro změnu, jak občas při vyhazovu trenérů bývá zvykem.

V létě opět zajímavě posílil mužstvo, aby konečně dokázalo prorazit v play off, výsledky se ale v říjnu a listopadu nedostavily. Vrcholem byla prohra 0:2 s Los Angeles. Třetí zápas ze čtyř, kdy St. Louis nedokázalo vstřelit gól. GM jasně viděl, že mužstvo nejen nesebírá moc bodů, to se ostatně někdy stává, ale především jeho hra neslibuje naději na zlepšení.

Za pravdu mu daly i moderní statistiky. Blues měli jednu z nejhorších bilancí držení puku ze všech týmů. Ve hře pět na pět patřili ke spodku ligy. V defenzivě se ještě řadili k průměru, ale všechny ofenzivní metriky byly tristní – v pravděpodobnosti vstřelení gólu patřilo St. Louis až na 27. místo! Yeo zkrátka nedokázal z mužstva vymáčkout jeho potenciál, proto musel jít.

NEBYLA TO BEZRADNÁ ZMĚNA PRO ZMĚNU. KOUČ YEO NEDOKÁZAL Z MUŽSTVA VYMÁČKNOUT JEHO POTENCIÁL, PROTO MUSEL JÍT.

Top kouč z bitkaře

Jeho nástupcem se stal asistent Craig Berube. Nebylo to jméno z největších. Jako hráč se Berube proslavil v roli bitkaře, s 3149 trestnými minutami mu patří sedmé místo na historickém žebříčku. V roli trenéra měl za sebou decentní kariéru: dva roky jako ne příliš úspěšný hlavní kouč Philadelphie, nějaké asistentské zkušenosti, solidní renomé z farmářské ligy.

Tým však pod jeho vedením začal šlapat. Do hokejové mytologie vstoupila legenda o tom, že 3. ledna ještě bylo St. Louis poslední z celé NHL, ale nakonec senzačně získalo Stanley Cup, ovšem pokročilé statistiky už od poloviny prosince signalizovaly, že Blues jdou neúprosně nahoru.

V defenzivě se stali jedničkou. V útočné bilanci poskočili na 4. místo, tedy

16

Jordan Binnington se stal prvním nováčkem v historii NHL, který chytl ve všech 16 vítězných zápasech play off.

Jay Bouwmeester hraje NHL od roku 2002, Stanley Cupu se dočkal v 35 letech. Protože už předtím vyhrál olympiádu a MS, rozšířil seznam Triple Gold Clubu o 30. jméno.

na opačný pól, než na jakém byli za kouče Yeo. Ve hře pěti proti pěti vykazovali lepší čísla než soupeř ve 27 z 30 utkání po Berubeho příchodu.

Bylo jen otázkou, kdy se tyhle statistiky přetaví v to nejdůležitější, tedy v body.

I proto Armstrong nehledal nového kouče a postupem času bylo jasnější, že Berubeho status „interim“, tedy dočasný trenér, vydrží minimálně do konce sezony. A svému mužstvu věřil tak, že se nepustil do bláznivého posilování v době před uzávěrkou přestupů, nešturmoval k útoku na play off. Provedl pouze dvě drobné transakce, jež se sestavy v podstatě nedotkly.

Od 1967 po 2019

Zbývalo ovšem vyřešit jeden palčivý problém. Místo brankáře. S úspěšností zákroků 89,4 procenta byli Blues třetí nejhorší v NHL. Jaku Allenovi se nevedlo, jeho náhradník Chad Johnson na tom byl ještě hůř. Berube se proto 7. ledna rozhodl jako jedničku poprvé nasadit Jordana Binningtona z farmářského týmu. Pětadvacetiletého gólmána (mimořádně prvního, jehož Armstrong ve funkci generálního manažera draftoval), který za pět let v AHL nijak ne-



FOTO: PROFIMEDIA.CZ (3)

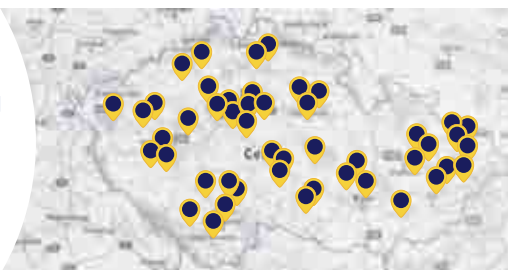
naznačoval, že by měl patřit k hokejové elitě. Teď nečekanou šanci nepustil.

Zbytek asi znáte. I díky Binningtonovu vzepětí se mužstvo dostalo do play off a tam se málo známý brankář stal prvním nováčkem historie, který vychytl všech šestnáct výher svého týmu. Z toho osmkrát hned po prohraném zápase, což svědčí o jeho mentální odolnosti – i o důvěře trenérského štábu. A jako teprve čtvrtý nováček zvítězil v sedmém

finálovém zápase, kdy kryl 38 střel domácího Bostonu, z toho hned sedmkrát v kanonádě úvodní třetiny.

V St. Louis konečně mohly propuknout oslavy, na které město čekalo od roku 1967. Novináři se předháněli v titulcích o zázraku a hokejové Popelce, ale Doug Armstrong určitě dobře věděl, že hráči na ledě a trenéři na střídačce pouze završili jeho trpělivou a skvěle odvedenou devítiletou práci. □

INZERCE



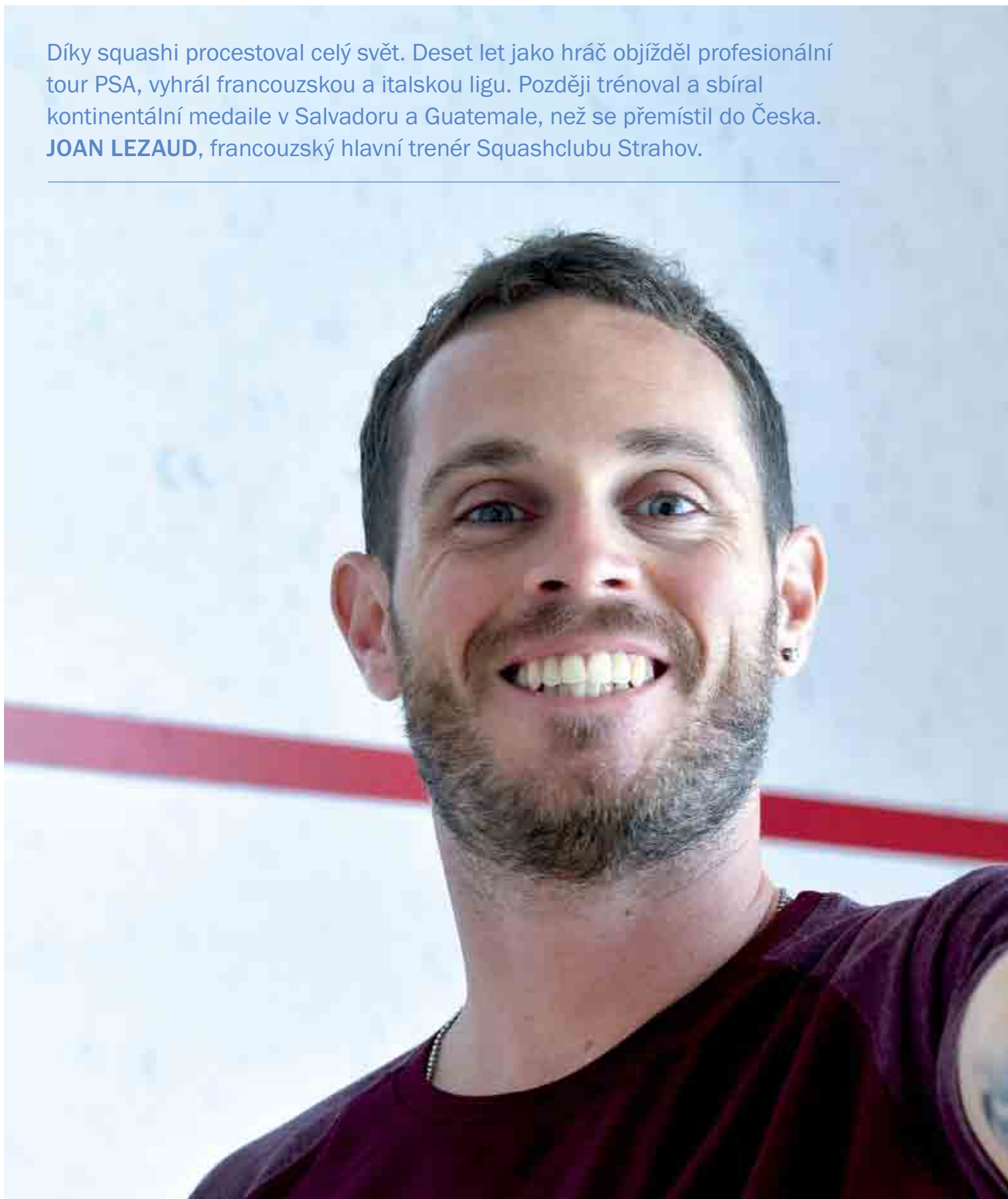
Stovky sportovních akcí

PO CELÉ REPUBLICE

na jediném místě

SPORTVOKOLÍ.CZ

Díky squashu procestoval celý svět. Deset let jako hráč objížděl profesionální tour PSA, vyhrál francouzskou a italskou ligu. Později trénoval a sbíral kontinentální medaile v Salvadoru a Guatemale, než se přemístil do Česka. **JOAN LEZAUD**, francouzský hlavní trenér Squashclubu Strahov.





Nezapomeňte: je to jen sport!

JOAN LEZAUD

Narozen: 6. 11. 1985 v Arcachonu (Francie)

Profese: squashový trenér

Hráčská kariéra: 10 let hráčem profesionální tour PSA, vítěz turnajů Kostarika 2011, finalista Salvador 2011, Baillargues France 2011, člen vítězných týmů francouzské a italské ligy

Trenérská kariéra: hlavní trenér reprezentací Salvadoru a Guatemaly, nyní hlavní trenér Squashclubu Strahov

Největší úspěchy – jako trenér Salvadoru: 3x bronz na juniorském mistrovství Jižní Ameriky 2016 (dívky U17 a U19, ženský tým). **Trenér Guatemaly:** 3x zlato na juniorském mistrovství Jižní Ameriky 2017 (dívky U19 a chlapci čtyřhra U19) a 2018 (smíšená čtyřhra U19), 3x bronz na Panamerických hrách 2016 (mužská a smíšená čtyřhra) a 2017 (smíšená čtyřhra), 4x bronz na juniorských Panamerických hrách 2016 (čtyřhra chlapců U19 a tým chlapců U19) a 2017 (čtyřhra chlapců a tým chlapců U19), stříbro na juniorském mistrovství Jižní Ameriky 2018 (chlapci U19) a bronz (dívky U19)



Trenér mladých medailistů v oblasti Střední Ameriky. Francouz vedl talenty v El Salvadoru a Guatemale.

Proč jsem se stal trenérem?

„Jako vrcholový sportovec po dobu 20 let jsem cítil, že se v tréninku squashe dá jít ještě dál, věděl jsem, že se dá zlepšit vícero věcí. Rád předávám a zlepšuji tréninky, které jsem se naučil. Rád vidím evoluci. Sdílení vítězství se sportovcem se mi velmi líbí a přináší mi spoustu dobrých pocitů.“

Moje nejlepší vlastnost?

„Jsem otevřený, naslouchám různým způsobům, jak trénovat.“

Kdo mě nejméně ovlivnil?

„Byl jsem ovlivněn několika osobami: sportovci, trenéry squashe i trenéry z jiných sportů. Poslouchám a беру si od nich informace, které považuji za dobré pro mou práci.“

Moje trenérská filosofie?

„Stále se vyvíjet, stále myslet na sebereflexi. Pracovat tvrdě, být náročný. A hlavně být co možná nejférovější a nejpečlivější, abych mohl to samé vyžadovat po svých svěřencích.“

Kterými hodnotami se řídím jako trenér?

„Vítězství. Disciplína. Vášeň. Sebepřekonávání se. Zdraví.“

Nejlepší rada, kterou jsem kdy směrem k trénování dostal?

„Nezapomenout, že to je jen sport.“

• • •

Moje nejtěžší rozhodnutí?

„Když jsem se rozhodl odjet z Guatemaly do Prahy. Opustil jsem mladé sportovce, se kterými jsem pracoval tři roky, viděl jejich vývoj, progres, a musel se s nimi rozejít a rozloučit. Byl to pro mě velmi silný okamžik.“

Co se mi opravdu povedlo?

„Více strukturovat plány pro jednotlivé hráče. Mít větší a lepší sběr dat pro hráče. Být přesnější v analýzách zápasů.“

Kdy jsem si nejméně naběhl?

„Několikrát jsem spadl do pasti v tom ohledu, že jsem měl od sportovců přílišný odstup, že jsem nehledal více informací o nich samotných, o prostředí, ze kterého pocházejí. Tím mi scházela větší sounáležitost s hráči. Trénování není jen práce při tréninku, je to i soustavné hledání vzájemné důvěry mezi dvěma jedinci.“

97

Tak vysoko byl Joan Lezaud na světovém squashovém žebříčku v listopadu 2013.

„JEDEN MLADÝ HRÁČ Z GUATEMALY BĚHEM KOUČOVÁNÍ APLIKOVAL MÉ TAKTICKÉ RADY TAK DOKONALE, ŽE JSEM MĚL POCIT, ŽE HRAJU NA PLAYSTATIONU.“



Kdy jsem měl pocit, že mám zápas pod vlastní kontrolou?

„Jeden mladý hráč z Guatemaly během koučování aplikoval mé taktické rady tak dokonale, že jsem měl pocit, že hraju na playstationu.“

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

„Opírám se o týmové a individuální schůzky, abych zjistil, co nefunguje. Postupem času jsem se naučil, že pro tyto schůzky je důležité mít maximální sběr informací (zápas, trénink, podpora, zranění, testy atd.). Během soutěže organizuju víc společných setkání v hotelových pokojích, abych upřesnil program dne a organizoval den následující.“

Do jaké míry rozlišuju mezi starým a mladým hráčem?

„Skrze jeho vospělost (zralost) v přístupu k tréninku, utkání a ke každé soutěži.“

• • •

Stává se mi někdy, že si nevím rady?

„Ano. Měl jsem příležitost pracovat s mladým supertalentovaným hráčem s neuvěřitelnými fyzickými parametry a technickým repertoárem. Ale, jako většina hráčů ze Střední Ameriky, byl velmi líný v tréninku. Nikdy se mi nepovedlo najít řešení, aby se víc překonal na tréninku, aby se víc profesionalizoval, abych mu pomohl si uvědomit, jak velký potenciál má.“

Můj předzápasový rituál?

„Najdu si místo na levé straně squashového kurtu, vezmu si svůj počítač s programem na zápasovou analýzu, najdu židli pro můj počítač, připravím si láhev s vodou.“

Potřebuje trenér víc vzdělání, nebo životní rozhled?

„Potřebujeme obojí. Vzdělání pro základní strukturu a životní zkušenosti pro vytříbení tréninku. Někdy dokonce diskuse s přáteli nebo mojí rodinou mi mohou pomoci zlepšit můj způsob koučinku.“

Čím se trenérsky vzdělávám nebo inspiruji?

„Inspiruji se čtením sportovních článků na internetu, protože ve Francii nám chybí specializovaný časopis pro trenéry.“

U čeho si nejlíp odpočínám?

„Odpočívám tak, že praktikuju jiné sportovní aktivity, jako jsou box či motorky enduro, a snažím se být co nejméně ve spojení se svým telefonem nebo počítačem.“

INZERCE

Pomáhej pohybem s aplikací
EPF od Nadace ČEZ
www.pomahejpohybem.cz



SKUPINA ČEZ



PARTNER ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2001 - 2020

Jak naložit se zpětnou vazbou?

Všichni se dostáváme do situací, kdy musíme poskytnout zpětnou vazbu. V nejlepších případech to může posílit vztahy, poskytnout příležitost ke zlepšení výkonu jednotlivce či jeho růstu, nebo zvýšit efektivitu a výkon týmu. Tak proč se jí mnoho z nás tak obává?

TEXT: MICHAL JEŽDÍK

Jemné nuance při poskytování a přijímání zpětné vazby můžou být přesně to, co potřebujeme ke svému růstu my všichni - trenéři, učitelé, manažeři i ostatní vedoucí pracovníci. Nepomáhá pouze jejím příjemcům, ale stejně tak těm, kteří ji poskytují.

Jedna z nejprospěšnějších zkušeností, jež nám poskytování zpětné vazby nabízí, je zcela nová perspektiva pohledu na věc, kterou jiní nevidí. Když hledáme zpětnou vazbu sami pro sebe, získáváme tím ukazatel směru nebo doporučených zlepšení, které jsme předtím neviděli a které si můžeme osvojit a dál s nimi naložit. To je pro nás nejcennější. Zároveň je to i barometr, jenž nám říká, zda jsme formu, obsah a čas zvolili správně.

Přijímání zpětné vazby, zejména od přímého nadřízeného, je něco, co může vyvolat neklid. U někoho i stres až úzkost. Existuje dojem, že kritická zpětná vazba může být považována za rozhodující při hodnocení vašeho pracovního výkonu. Nicméně dobře promyšlená zpětná vazba bude bohatá na další kroky, které pomohou zlepšit váš výkon. Stejně tak to napomáhá sportovci uvědomovat si možné korekce z vlastní strany. Pro trenéra je to důležitý faktor na cestě od trénování ke koučování sportovce nebo týmu. Všechno dohromady pak zefektivňuje cestu vedoucí k excelenci.

Otevřená kritika je v evropské kultuře standardem, zatímco v Severní Americe je běžnější přístup, kdy se negativní či kritičtější komentáře zabalí do dvou

pozitivních („kiss – slap – kiss“). Kombinace obou je způsob, jakým ke zpětné vazbě momentálně přistupuji. Moje osobní zkušenost je, že naučit se přijímat zpětnou vazbu vám pomůže stát se lepší verzí sebe sama.

Začněte s pozitivy. Podělte se o to, co jste ocenili:

„Vytvořil jsi XYZ nevídaným způsobem.“

„Jasně jsi stanovil své cíle.“

„Našli jste řešení, které jste přizpůsobili potřebám a situaci, ve které se nacházíme.“

Sdílejte, co je třeba zlepšit. Používejte přesné, na faktech založené příklady či případy, na kterých jste pracovali, kde vidíte prostor pro zlepšení. Nezapomeňte, problém chcete vyřešit společně.

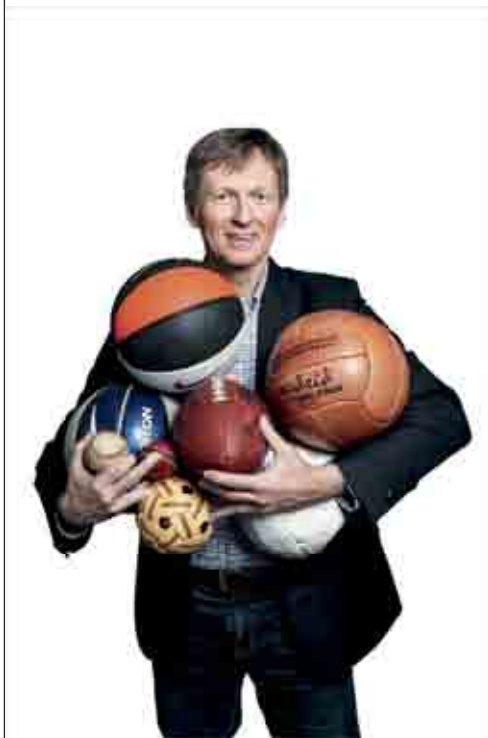
Zpětnou vazbu zakončete očekáváními. Navrhněte možnosti, jak se problému v budoucnu vyhnout:

„Rád vás podpořím v ...“

„Rád bych, abyste dali více energie ...“

Pozor ale na jednu častou chybu, a tou je „bezhlavé“, často emocemi nabitě předávání zpětné vazby. Dříve, než se do toho vrhnete, existuje několik věcí, které bychom měli vzít v potaz. Pamatujte si, že cílem poskytování zpětné vazby je snaha zlepšit situaci, ve které se nacházíme. A to je konstruktivní.

Pokud opravdu chcete hledat řešení, vždy myslíte na druhé a jak to, co sdělíte, pro ně může být užitečné a jak to mohou vnímat. Nezapomeňte, hlavně ve sportovních hrách, že na světě neexistují dva stejné mozky. Tím pádem



MICHAL JEŽDÍK

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



„NAUČIT SE PŘIJÍMAT ZPĚTNOU VAZBU VÁM POMŮŽE STÁT SE LEPŠÍ VERZÍ SEBE SAMA.“

to, co funguje na hráče X, nemusí platit na hráče Y, a naopak. Velmi pečlivě proto přistupujte a oddělujte týmovou zpětnou vazbu od individuálních pohovorů. Vždy ale mějte na paměti: ke změně nedojde přes noc!

Dříve, než s jakoukoliv zpětnou vazbou začnete, vezměte v úvahu následující hlediska.

Nezapomeňte, že cílem zpětné vazby je zlepšení výkonu jednotlivce nebo týmu.

Komunikujte jasně a včas svá očekávání, včetně týmových i individuálních cílů. Než společně cíle vyslovíte před týmem nebo před sportovcem, nechte si je oponovat zpětnou vazbou od nadřízených manažerů, a pokud s nimi spolupracujete, i od mentorů.

Požadavek na poskytnutí zpětné vazby může být špatný začátek. Nejprve si prověřte, v jakém myšlenkovém

rozpoložení se nacházíte. Množství práce, úkolů, tlaku nebo jiných okolností může situaci ovlivnit. Hlavně ve smyslu, jak prezentujete svoje myšlenky!

Najděte nejlepší čas a místo, které je pro setkání vhodné. Páteční odpoledne nebo den před důležitým utkáním či závodem obvykle nejsou nejlepšími momenty pro poskytnutí zpětné vazby. Co takhle ráno, když je mysl jasná? Rozhodně se nevyhýbejte poskytnutí zpětné vazby osobně.

Samozřejmě, v průběhu let se pro člověka stane zpětná vazba přirozenou, obzvlášť když zjistíte, jak ovlivňuje vzorce chování a jak napomáhá změnám. Ovšem chce to odvahu udělat krok výš a věřit, že díky ukazatelům na vašem barometru můžete zprůchodnit cestu ke zlepšení. Tímto způsobem investujete do růstu někoho jiného, což může být samo o sobě nesmírně uspokojující.

Niko Kovač v roli nového trenéra fotbalistů Bayernu Mnichov neprožíval snadnou sezonu. Hojně se přetřásaly složitější vztahy se zkušenějšími hráči, mezi něž patří i Thomas Müller. Komunikace vážla, ale bundesligový titul neutekl.

„PAMATUJTE SI, ŽE CÍLEM POSKYTOVÁNÍ ZPĚTNÉ VAZBY JE SNAHA ZLEPŠIT SITUACI, VE KTERÉ SE NACHÁZÍME.“

Je vrcholový sport pro ženy rizikový?

Má ordinaci psychosomatické péče a její doménou je psychogynekologie. Zabývá se neplodností a poruchami menstruace žen mladého a středního věku. A mezi nimi je také nemalá část žen, bývalých nebo i aktivních sportovkyň, ale i těch, které podávají výrazný sportovní výkon třeba v ringu byznysu či právní kanceláře. Dialog, tentokrát s doktorkou Helenou Máslovou, o možných rizicích ženského vrcholového sportu.

TEXT: ZDENĚK HANÍK

HANÍK: „U vrcholových sportovkyň se často diskutuje o problémech s neplodností. Ale není to spíše tak, že je to celkový civilizační problém a u sportovkyň je to více vidět, a tak se z toho udělalo téma?“

MÁŠLOVÁ: „Napřed musím objasnit, že mezi hormony, které dokážou spolehlivě zablokovat plodnost, patří testosteron, prolaktin a kortizol. Prolaktin je dobře znám jako hormon kojících žen, který je chrání před tím, aby neměly rychle za sebou děti. Méně se už ví, že tento hormon se chová jako stresový. Testosteron je hormonem soutěživosti a sportovkyně jej mají velmi často zvýšený nad horní limit. Kortizol je hlavní nadledvinkový hormon a je zodpovědný za naši bdělost a ostražitost. Všechny tyto hormony fungují jako odpověď na poptávku řešení náročných situací, tedy stavu, kdy je více aktivován pud přežití a pud reprodukční je situacně upozaděn. Mezi takové situace patří vrcholový sport, ale třeba i dlouhotrvající extrémní mentální výkon. Hormonální systém vždy odpovídá na nějakou centrální poptávku.“

HANÍK: „Dobře, ale neodpověděla jste mi na otázku.“

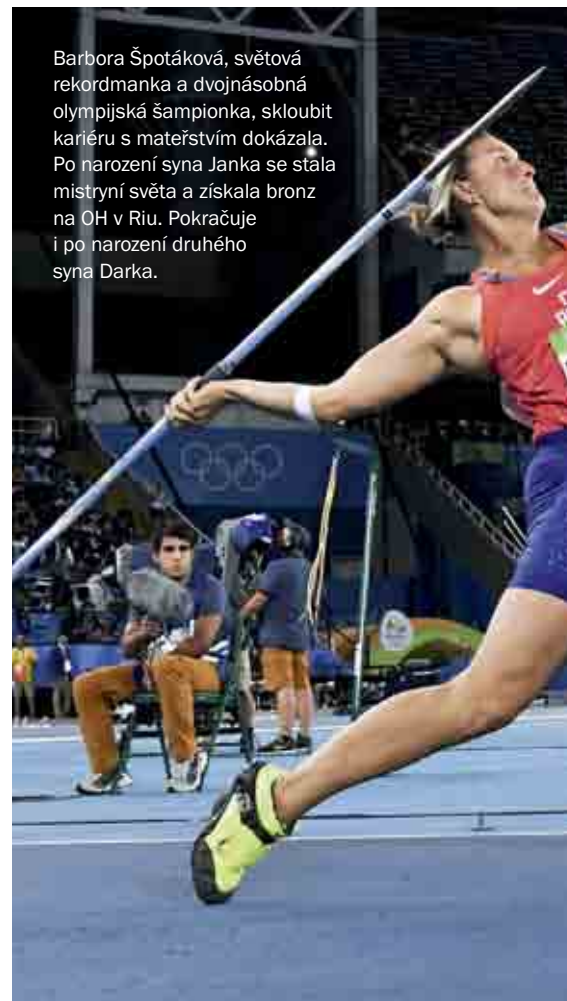
MÁŠLOVÁ: „Z mé letité praxe vyplývá, že výkonové ženy jsou ve větším ohrožení.“

HANÍK: „Vysvětlete nám tedy, jak to v ženském těle funguje.“

MÁŠLOVÁ: „Tělo umí vyrábět jak stresové hormony, tak pohlavní. Ale je třeba připomenout, že metabolický základ pro hlavní ženský hormon progesteron je stejný i pro testosteron a kortizol. Tělo si vezme molekulu cholesterolu a upeče základní těsto pregnenolon, z něj se pak tvoří další hormony. Pokud bylo těsto spotřebováno na bojovné hormony, nezbyde dost na progesteron. Bez potřebného množství progesteronu nedojde k dobrému vystlání dělohy sliznicí a nemůže dojít k uhníždění vajíčka. Pokud se to děje krátkou dobu, tělo to dokáže zase ´svičnout´ zpátky a není problém. Když se to ale děje roky, tak se tento stav fixuje, a pak i když žena přestane aktivně sportovat, bývá problém se vrátit zpět do ženských hormonů. Zejména kortizol se chová jako rigidní hormon a nerad se vrací zpátky do pohodového hnízdícího rytmu. Kortizol je hormon, také se mu někdy přezdívá hormon rytíř, který za nás bojuje. Jemu pomáhají krátkodobé situační stresové hormony adrenalin a noradrenalin. Ženy s vysokým kortizolem jsou zvyklé žít ve vysokém bazálním stresu, tedy stresu, se kterým uléhají a ráno se budí.“

HANÍK: „A kde vidíte rozdíl z lékařského hlediska mezi vrcholovou sportovkyní a normální ženou?“

MÁŠLOVÁ: „U vrcholových sportovkyň je ve větší míře poptávka po těchto



Barbora Špotáková, světová rekordmanka a dvojnásobná olympijská šampionka, skloubit kariéru s mateřstvím dokázala. Po narození syna Janka se stala mistryní světa a získala bronz na OH v Ri. Pokračuje i po narození druhého syna Darka.



ZDENĚK HANÍK

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

HELENA MÁŠLOVÁ

- významná psychosomatická a psychogynekoložka
- vystudovala 1. LF UK v Praze



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

základních bojechtivých hormonech, což je kromě kortizolu, adrenalinu i testosteron. Testosteron prospívá nárůstu svalové hmoty a utváří náladu soutěživosti. Ženy by měly mít nějakou hladinu testosteronu, ideálně 1,0 – 2,0, toleruje se do 2,5. Ty, jež mají příliš nízký testosteron, jsou frigidní a pasivní. Ty, které mají vysoký testosteron, jsou většinou velmi aktivní a ve sportu úspěšnější. Mají daleko větší drav, větší morálku, takovou bojovnou. V momentě, kdy je testosteron větší než 2,5, žena přestává ovulovat.“

HANÍK: „Dobře, ale my chceme, aby ženy sportovaly. Jak tedy snížit rizika a kdy zmíněný problém vlastně vzniká?“

MÁŠLOVÁ: „Důležitou fází je puberta. Pokud holčička v tomto iniciačním období, kdy se má hormonálně probudit a kdy se mají ustálit její fertilitní funkce, výrazně sportuje a ještě navíc je to sport, kde se vyžaduje, aby neměla podkožní tuk, tak tam se může nasekat opravdu paseka. Doslova a do písmene. Protože vlastně vůbec nedojde k přestavbě dívčího těla v ženské. Včetně správného nastavení hormonálních funkcí, aby se mohly dobře vyvinout primární a sekundární pohlavní znaky.“

HANÍK: „A následky?“

MÁŠLOVÁ: „Sportovkyně někdy mívají na ultrazvuku dělohu ve velikosti dívčí

předpubertální, tedy malinkou. V pubertě se musí trochu zvětšit, a to se prostě nestane, takže ony se vlastně sexuálně, v tom fertilitním slova smyslu, nerozvíjejí. Mohou pohlavně žít, ale nefunguje reprodukce. A málokdo ví, že tuk je hormonálně aktivní tkáň, produkuje hormon leptin, který komunikuje s vaječníky. A když žena nemá dostatečné množství podkožního tuku, tak je reprodukce utlumena.“

HANÍK: „Dnes se daleko více využívá antikoncepce. Myslíte, že je to také ovlivňující faktor?“

MÁŠLOVÁ: „Dříve, když neexistovala hormonální antikoncepce, tak dívka mnohem více a především dříve vnímala, když něco nebylo v pořádku. V současné době se takové špatně menstrující sportující holčičky v 15 letech nasadí antikoncepce. Ona zdánlivě začne menstruat, protože antikoncepce vytváří tzv. krvácení ze spádu, tzn. imitaci menstruačního krvácení, ale ve skutečnosti menstruační cyklus neprobíhá. Tím pádem to vypadá, že všechno funguje dobře. Ale v momentě, kdy se antikoncepce sundá, tak se ukáže, že to celé bylo jakýsi make up a máme tu třicetiletou nebo i starší ženu, která buď nikdy, nebo jen sporadicky v útlém mládí zažila spontánní menstruaci. Naděje, že spontánně otěhotní, je velmi malá.“





FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Magdalena Neunerová, famózní německá biatlonistka, šokovala sportovní svět ukončením kariéry v pouhých 25 letech. Na kontě měla mj. dva olympijské triumfy, 12 titulů mistryně světa a 34 vítězství v závodech Světového poháru. Teď je šťastnou dvojnásobnou 32letou maminkou.

„SPORTOVKYNĚ JSOU POD VYSOKÝM TESTOSTERONEM ŘADU LET. PROTIHRÁČ TESTOSTERONU NA HORMONÁLNÍ ÚROVNI JE PROGESTERON. ŽENA POTŘEBUJE URČITOU HLADINU PROGESTERONU, ABY MOHLA OTĚHOTNĚT. A PROGESTERON SI ŽENY DŘÍVE ‘VYRÁBĚLY’ A NĚKTERÉ DOSUD VYRÁBÍ TZV. REPETITIVNÍMI PRACEMI.“

HELENA MÁSLOVÁ

HANÍK: „Může lékař dívkám v pubertě nějak pomoci, aniž by musely ukončit sportování?“

MÁSLOVÁ: „Zdravá menstrující dívka může sportovat, pokud se vyvaruje extrémů v redukci hmotnosti, bude dobře relaxovat a bude to veselá spokojená dívka (s dobrými hladinami beta endorfinů a oxytocinu) - tak se dokonce blížíme k ideálu antikvy. Doby, kdy vznikla myšlenka olympijských her, tedy měla to být zábava nejen pro diváky, ale především pro sportovce. Určitě by neměla mít hormonální formu antikoncepce, aby včas dostala zpětnou vazbu, že se svým tělem nezachází dobře. Když už se to stane (oligomenorea až amenorea, nebo symptomy jako jsou změny ochlupení), musí si ujasnit, co je prioritou – zda sport, či plodnost. A za svým názorem si stát bez lítosti.“

HANÍK: „Jaké postupy nebo doporučení používáte ve vaší praxi?“

MÁSLOVÁ: „Sportovkyně jsou pod vysokým testosteronem řadu let. Protihráč testosteronu na hormonální úrovni je progesteron. Žena potřebuje určitou hladinu progesteronu, aby mohla otěhotnět. A progesteron si ženy dříve ‘vyráběly’

a některé dosud vyrábí tzv. repetitivními pracemi. Naši předci to dobře znali a v pohádkách vidíme princezny, jak si zvyšují progesteron vyšíváním monogramů nebo tkaním zlaté niti. Popelka přebírá čoučku a hrách. Porodní báby znají, že pro zdárné těhotenství je dobré, aby žena uháčovala dítěti dečku. Dnes to vnímáme jako nudné, zbytečné plýtvání časem. V terapii, když potřebujeme zvýšit progesteron, tak jim doporučím, aby si koupily pokojové květiny, aby je zalévaly, aby si uklízely skříně, aby pletly svetr či alespoň vybarvovaly antistresové vymalovánky. No a sport je pravý opak. Žena, když měla vyšít kytičky na ubrus, si vyrobila spoustu progesteronu. Ale dnešní ženy, když se jich zeptám, jestli umí plést nebo háčkovat, mi řeknou, že ne. Když jim doporučím, aby zalévaly kytky, tak si postesknou, že jim každá kytka chcípne. Některé sportovkyně, neříkám všechny, nemívají trpělivost ani schopnost dělat tyto repetitivní práce.“

HANÍK: „Jako tradicionalista rozumím, ale není to pro dnešní ženy trochu přežitky?“

MÁSLOVÁ: „Já je také nemám moc ráda, ale také nepotřebuji otěhotnět. Taky bych →

AKCE TOUR DE CLUB PŘIVEDE PROFESIONÁLNÍ TRENÉRY A REPREZENTAČNÍ HRÁČE PŘÍMO NA TVŮJ TRÉNINK

TRÉNUJ S TĚMI
NEJLEPŠÍMI...



www.ceskyflorbal.cz

VZKAZ OD HELENY MÁŠLOVÉ

MATEŘSTVÍ ŽENU NEOSLABUJE! ŽENY BY SE NEMĚLY BÁT ZŮSTAT V PLODNÉM ŽENSKÉM TĚLE A KOMBINOVAT SPORT A MATEŘSTVÍ. NĚKTERÉ ŠPIČKOVÉ SPORTOVNÍ VÝKONY BYLY DOKONCE DOSAŽENY NA ZAČÁTKU TĚHOTENSTVÍ.

si radši šla zahrát tenis, než abych třídila nějaký hrách s čočkou. Ovšem pro tvorbu progesteronu, pro otěhotnění to je nácvik pro stav, kdy má mít žena trpělivost s miminem. Je to forma meditace, kdy se ženě zvyšuje schopnost empatie. Dítě, jak známo, nemluví a žena musí vycítit jeho potřeby, musí být schopna se na dítě napojit. A to vyžaduje hlubší ponor.

Trpělivost a jakási zpomalenost je prostě základ mateřského instinktu a tohle je taková hormonální příprava na mateřství. A když ženy žijí akčně a rychle a otěhotní asistovaně, pak ve fázi po porodu nemají na to dítě vůbec nervy a upadají do úzkosti. Další hormon, který způsobuje schopnost otěhotnění, je oxytocin. Hormon lásky a empatie. Dovedete si představit, že by vaše volejbalistky měly vysoký oxytocin a soucítily se svými protihráčkami? Jak by to dopadlo? Ovšem oxytocin, to je hormonální základ, že se žena zamiluje do svého dítěte. Že ho neodloží nájemné chůvě, ale stará se o něj a sama si dítě kojí.“

HANÍK: „Takže se v některých případech musí rozhodnout sportovní kariéra, nebo dítě?“

MÁŠLOVÁ: „Podívejte, planeta je přelidněná, tak ať mají děti jiné ženy. Dříve se vycházelo z prapůvodního křesťanského modelu, kdy Panna Marie s Ježíškem byl vrchol mateřské nebo ženské hodnoty. Předpokládalo se, že mít rodinu je největší blaho nebo největší satisfakce a uspokojení pro každou ženu. Ale tak to rozhodně v dnešní době není. Křesťanský model už padnul, vzal za své ve druhé polovině 20. století, kdy vznikla úplně paralelní takzvaná diverzifikace životních postojů,



FOTO : PROFIMEDIA.CZ

Tenisová legenda Serena Williamsová nadále dobývá rekord grandslamových titulů ve dvouhře, na Margaret Courtovou (24) jí chybí jedině prvenství. V září oslaví 38. a její dcera druhé narozeniny.

a vzniklo feministické hnutí ve třetí vlně. To znamená, některé ženy se začaly rozhodovat pro dobrovolnou bezdětnost nebo prostě pro kariéru. Vznikla generace jedináček, kterou s vypětím všech sil porodily ženy hluboko po třicítce. Dříve by se to samozřejmě nemohlo stát, ale teď jsou ženy, které prostě volí takto. Nejprve výkonnost-

ní život, vydělat peníze, cestovat. A teprve po splnění všech ambicí trochu tu nudnou fázi mateřství. Někdy ženy volí vědomou dobrovolnou bezdětnost, ale častěji je to taková dobrovolně nedobrovolná bezdětnost, kdy se tato reprodukční prokrastinace vymstila a žena už není schopna ani asistovaně porodit. V některých situacích okolí netuší, že žena, která zdánlivě má vše - má za sebou úspěšnou kariéru a v náručí svírá dítě, musela k otěhotnění použít darovaná vajíčka a podstoupit dost brutální hormonální terapii. No a pak jsou zase ženy, které se drží tradičního přístupu a rodí mladé, ale rozhodně nemůžeme říct, že by to byl jediný možný způsob, jak prožít uspokojivý ženský život.“

HANÍK: „Chápu, je to věc volby a životní cesty. Každá cesta znamená něco za něco. I trenéři by se měli možná zamyslet nad tím, aby se už u mladých děvčat snažili odhadnout, ke které životní cestě hráčky inklinují. Senzitivní žena, nebo dravec. A hovořit s nimi o přednostech i nebezpečích obou cest.“

MÁŠLOVÁ: „Samozřejmě že to, o čem se zde bavíme, neplatí absolutně. Od jednoho extrému, tedy rezignace na sportovní kariéru a výchova dětí, ke druhému, tedy sázka na kariéru a bezdětnost či delegované mateřství, existuje spousta nuancí. A je i mnoho žen, které vrcholově sportovaly a potom přepnuly na „hnízdění“. Nesmíme však zastírat, že to nejde automaticky a že to není bez rizika. Málokdo z nás je ochoten přinést oběť. Žena je často postavena před problém, že nelze mít všechno. A pak je to otázka těžkého osobního rozhodnutí: cesta A, nebo cesta B.“

VZKAZ OD ZDEŇKA HANÍKA

NAVZDORY SVĚMU KONZERVATIVNÍMU POHLEDU NA MUŽSKÝ A ŽENSKÝ MODEL PŘEJI VŠEM ŽENÁM, ABY JIM SPORTOVÁNÍ PŘINÁŠELO RADOST, A VRCHOLOVÝM SPORTOVKYNÍM, ABY UČINILY SPRÁVNÁ ROZHODNUTÍ V OTÁZCE ŽIVOTNÍCH PRIORIT TAK, ABY BYLY ŠŤASTNÉ.

FORTUNA:LIGA

**SESTŘIHY VŠECH
ZÁPASŮ EXKLUZIVNĚ**

NA *iSport*.cz



#ISPORTCZ



FORTUNA

FANDI NA 200 %

700 Kč NA PRVNÍ SÁZKY



NEVSADIL



VSADILI
U FORTUNY