

PRAŽSKÝ FOTBALOVÝ

SPECIAL



PEČUJETE SPRÁVNĚ
O SVÁ SRDCE?

ZIMA 2016 | ZDARMA



162201

TÉMA PŘEBOR JAKO
PREMIER LEAGUE

LEGENDA TOMÁŠ
POSPÍCHAL

KLUB TJ ABC
BRANÍK



SLEVA
40%
PRO **ČLENY PFS**
NA SPORTOVNÍ
VYBAVENÍ **NIKE**

ExtraFotbal.cz

DODAVATEL KOMPLETNÍHO SPORTOVNÍHO VYBAVENÍ **NIKE**.

// NYNÍ AKČNÍ NABÍDKA!

INFORMUJTE SE NA ESHOP@EXTRAFOTBAL.CZ

// NAVŠTIVTE NAŠI VZORKOVNU NA ADRESE:

KOMUNARDŮ 1039/39 / 170 00 / PRAHA 7

ExtraFotbal.cz

FOOTBALLMANIA, A.S.

KOMUNARDŮ 1039/39 / 170 00 / PRAHA 7

TEL.: 226 232 193 / **MAIL:** ESHOP@EXTRAFOTBAL.CZ

WWW.EXTRAFOTBAL.CZ



str. 2-6

ROZHOVOR

MUDR. JIŘÍ KRUPIČKA:
CHOĎTE NA KONTROLY SRDCE!



str. 10-11

NEJ...

JOSEF VAVRUŠKA JE NEJDĚLE
SLOUŽÍCÍM SEKRETÁŘEM



str. 26-27

CIVIL

STROJVEDOUČÍ A TRENÉR
MLÁDEŽE VLADIMÍR LIŠKA

TÉMA

JAK SVAZ NADĚLOVAL MÍČE

str. 8-9

STŘÍDÁNÍ

MARTIN LES Z PŘEDNÍ KOPANINY

str. 12

LEGENDA

TOMÁŠ POSPÍCHAL

str. 14-15

MLÁDEŽ

TALENT FILIP ŠVARC

ROZHOVOR S MANAŽEREM PFS

str. 16-17

str. 18-19

TRÉNINK

PŘEČÍSLENÍ A KOMBINACE

str. 20-21

HISTORIE

ZIMNÍ LIGA NA SMÍCHOVĚ

str. 22-23

KLUB

TJ ABC BRANÍK

str. 24-25

FOTO MĚSÍCE

+ WEB PFS

str. 28



EDITORIAL

Vážení fotbaloví přátelé,

se startem roku 2016 vyslal Pražský fotbalový svaz do přeborových klubů zbrusu nové míče značky Nike a přidal tak další dílek do mozaiky kompletních služeb, které dokáže poskytnout. Zdá se tedy, že ani tento letopočet nebude co do aktivit chudší než ty předchozí.

Naplnlo běží všechny nastartované projekty a představitelé PFS se snaží posunout je opět blíže k dokonalosti. Podrobněji o nich uvnitř časopisu mluví manažer Jan Gruber, který brzy načne druhý rok v náročné pozici, a soudě dle ohlasů zevnitř i zvenčí je mužem na svém místě!

Na podnět z řad vás fotbalových nadšenců jsme se rozhodli dát prostor sekretáři z Admiry, panu Vavruškoví, který krouťí snad až neuvěřitelný padesátý rok v klubu. Před jeho srdcařstvím je nutné smeknout! A dodat, že by bylo fajn mít více takto zapálených a věrných lidí...

Užijte si jaro s fotbalem!

Lukáš Vrkoč
editor

VYCHÁZÍ ZA PODPORY:

PRA HA
PRA GUE
PRA GA
PRA G

MEDIÁLNÍ PARTNEŘI PFS:

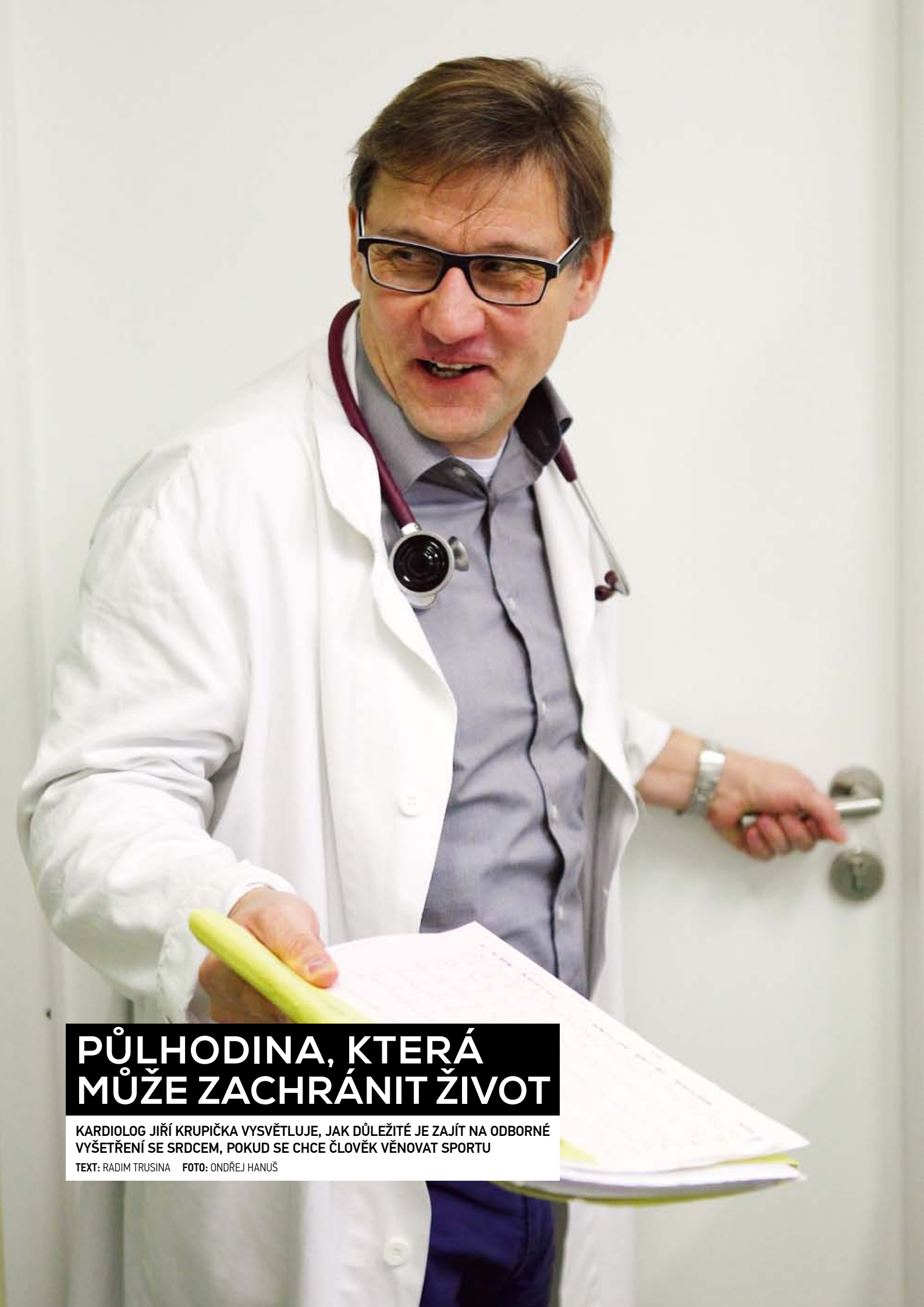
DNES **iDNES.cz**



PRAŽSKÝ FOTBALOVÝ SPECIÁL

ROČNÍK VII. – ZIMA | VYDÁVÁ: Pražský fotbalový svaz (PFS), Kozí 915/7, P. O. Box 2, 110 15 Praha 1 | KONTAKT: 733 141 394, PFSspecial@seznam.cz | REDAKCE – EDITOR: Lukáš Vrkoč | SPOLUPRACOVNÍCI: Jan Gruber (marketing), Radim Trusina, Štěpán Šimůnek a Miloslav Jenšík (texty), Ondřej Hanuš a Pavel Jiřík st. (foto), Soňa Charvátová (korektury), Milan Titěra | GRAFICKÁ ÚPRAVA, TISK: PRESCO GROUP, a. s., Máchova 21, 120 00 Praha 2 | DISTRIBUCE: GRAND PRINC MEDIA, a. s. | NÁKLAD: 5 500 ks. | ISSN 1805-2541

| FOTO NA OBÁLCE: Ondřej Hanuš



PŮLHODINA, KTERÁ MŮŽE ZACHRÁNIT ŽIVOT

KARDIOLOG JIŘÍ KRUPIČKA VYSVĚTLUJE, JAK DŮLEŽITÉ JE ZAJÍT NA ODBORNÉ
VYŠETŘENÍ SE SRDCEM, POKUD SE CHCE ČLOVĚK VĚNOVAT SPORTU

TEXT: RADIM TRUSINA FOTO: ONDŘEJ HANUŠ



Kardiolog Jiří Krupička

Velmi dobře ví, jak tragické mohou být následky problémů se srdcem, které však lidé neřeší. A to jen proto, že o nich jednoduše nevědí. I proto kardiolog JIŘÍ KRUPIČKA přivítal iniciativu Pražského fotbalového svazu, který za výrazné finanční podpory Magistrátu hlavního města Prahy platí odborné prohlídky srdce mladým fotbalistům z metropole. „Je to skvělá věc. Kdo chce profesionálně anebo i intenzivně amatérsky sportovat, měl by absolvovat vyšetření u kardiologa. Jsme schopní odhalit řadu vad, které při běžném životě nemusí nositeli činit žádné potíže, ale při intenzivní zátěži mohou být zdrojem významných zdravotních komplikací,“ říká Krupička, jehož ambulance v Brandýse nad Labem je jedním z míst, kde se mohou fotbalisté, ale i jiní sportovci nechat zkontrolovat.

■ Kolik mladých fotbalistů už k vám v rámci tohoto projektu přišlo na vyšetření?

Za rok 2015 to bylo 310 kluků z klubů registrovaných Pražským fotbalovým svazem a desítky dalších sportovců mimo tuto oblast.

■ Kolik z nich mělo nějaký problém se srdcem?

Asi u dvou procent jsme našli nějakou patologii, tedy vrozenou vadu, která by jim v budoucnosti mohla dělat problémy. A u jednoho kluka jsme zřejmě objevili počínající hypertrofickou kardiomyopatii, což je jedna z chorob, která sportovce v aktivním věku zabíjí úplně nejčastěji.

■ No vida. Už jen proto má tedy projekt Pražského fotbalového svazu smysl, že?

Zcela nepochybně.

■ Zmiňoval jste, že dvě procenta mladých fotbalistů měla nějaký problém. Je to moc, nebo málo?

Když v zahraničí vyšetřovali sportovce, byla nějaká patologie nalezena také u dvou až tří procent. Ale nemusí to v každém případě znamenat, že ti lidé budou nějak hendikepovaní z hlediska sportovní kariéry. Hendikepující patologie jsou víceméně vzácné, vyskytují se do půl procenta, víc ne. Přesto je důležité ta vyšetření dělat: když sportovec nepoznaně zemře, má to ničivý dopad na rodinu, na členy klubu, ale i celospolečensky.

■ Jak to myslíte?

Plno – a odpusťte mi ten výraz – hlupáků si řekne: vidíš, a má to za sebou, sport mu byl na nic. Sedí přitom u piva, kouří patnáctou ciga-



„Když sportovec nepoznaně zemře, má to ničivý dopad na rodinu, na členy klubu, ale i celospolečensky.“

retu a objednájí si u hospodského další borovičku. Dokonce se vedla diskuse, jestli mají ta vyšetření vůbec význam dělat, když je výtěžnost tak malá. Za sebe znovu opakuji, že to význam nepochybně má. Nepochybně!

■ Platí dvě procenta patologie také pro lidi, kteří nesportují?

V rámci tohoto projektu vyšetřujeme kluky mezi jedenácti a osmnácti roky. Kdybychom vzali stejný vzorek dětí v tomto věku, asi by to odpovídalo těm dvěma procentům. Možná by to u nesportovní populace bylo o něco vyšší číslo – řada patologií je totiž podchycena velmi brzo, protože pediatrická péče v Česku je výborná. Takové děti pak nesportují, i proto by mezi nesportovci bylo to číslo o něco vyšší.

■ Mluvil jste o hypertrofické kardiomyopatii, že právě tohle onemocnění často zabíjí. Můžete ho popsat pro laiky?

ze slova obstrukce při výtoku krve. To pacienti často umírají. Při neobstrukční formě může člověk prožít normální život a tenhle problém se najde náhodně třeba až na pitevně, když zemře na jinou nemoc. A v tom je podstata těchto kardiiovaskulárních prohlídek: je důležité, aby se dělaly a aby je dělal kardiolog, ne sportovní lékař.

■ Můžete to rozvést?

Když víme, že má někdo nějakou patologii, bývá sledovaný a jeho stav je podchycený. Jenže třeba u zmínované hypertrofické kardiomyopatie je to jinak. Nemoc se vyvíjí během života. U mladého člověka nemusí být nemoc viditelná, dítě prospívá a nemá žádný problém. Ale sportuje a kardiomyopatie se vyvíjí. Podstatou problému je, že vám zesílí srdeční sval, ale to není provázené prokrvením onoho zesíleného ložiska. Cévy zůstanou na stejné úrovni, kyslík se tak musí dostat dál do svalové hmoty. Při námaze a sportu jsou vyšší nároky na spotřebu kyslíku, srdce ho najednou nemá tolik, kolik potřebuje.

■ A tohle všechno se ukáže jen na speciálním vyšetření? Jinak to nelze odhalit?

Přesně tak. U tohoto konkrétního chlapce jsme zjistili hraniční parametry, které by vzhledem k jeho věku být neměly. Měl srdeční stěnu širokou 12 milimetrů, což už je na horní hranici u dospělých. Ukazuje to, že má zřejmě počínající hypertrofickou kardiomyopatii. Aby se to potvrdilo, musí se ještě udělat genetika a je třeba vyšetřit členy rodiny, přímé příbuzné, tedy rodiče, eventuálně i prarodiče, sourozence. U aktivních sportovců je při takovém problému výrazně rizikových faktorů: emoce během zápasu, vlastní zátěž, dehydratace, minerálová nerovnováha. A najednou



Takovýto nenápadný přístroj umí ukázat klíčové informace.



Určitě se není čeho bát, tvrdí lékař.

se z problému, který by v běžném životě nemusel vadit, stává velký, život ohrožující problém. Dojde k nedokrvení srdce a spustí se srdeční arytmie – ta je zodpovědná za 85 až 90 procent všech úmrtí. To jsou ta náhlá úmrtí na hřišti, kdy někdo odehraje balon, spadne a už mu nikdo nepomůže.

■ Takže v takových případech je sport zcela nepřipustný?

Je to na zákaz vrcholového sportu, který v podobných případech významným způsobem ohrožuje život. Ale rekreační sport v rozumné míře se provozovat může.

■ Dá se nějak specifikovat pojem „rozumný rekreační sport“?

Obecně se to nedá kvantifikovat, musí se individuálně hovořit s tím člověkem.

■ Ještě bych se vrátil ke sportovním lékařům, ke kterým chodí dost sportovců. Proč jsou tato vyšetření ohledně srdce nedostačující?

Pokud půjdete na prohlídku ke sportovnímu lékaři, tak je to určitě dobře. Udělají vám zátěžový test, což ničemu neuškodí. Ale na detekci srdečních chorob to nemá vůbec žádný vliv. Elektrokardiograf (EKG) spolu s ultrazvukem srdce vám ukáže, jestli máte nějakou patologii nebo ne. Těch poruch může být spousta. Máme třeba jednoho fotbalistu, kterému jsme regulérně podrobným vyšetřením zachránili život.

■ Povídejte.

Mladý kluk, co měl v anamnéze, že jeho otec i teta se strýcem zemřeli mezi 40. a 50. rokem náhlou smrtí. Do ordinace přišel zdravý, štíhlý mladík, prototyp fotbalového útočníka, kterým také byl. Vyšetřili jsme ho a nebylo na něm nic zvláštního. První EKG normální, ultrazvuk normální. Udělali jsem zátěžový test (ergometrie) a ten dopadl excelentně. Ale kvůli té anamnéze v rodině jsme mu dali EKG holter, který ambulantně monitoruje křivku EKG 24 hodin. Přístroj zachytil arytmiu, která se sama spustí, ale i sama ukončí, čemuž se říká nesetrválá komorová tachykardie. Měli jsme podezření na takzvaný Brugadův syndrom, takže jsme ho

poslali na specializované vyšetření do Nemocnice Na Homolce. Tam mu udělali test, při kterém se mu spustila komorová fibrilace. Když vás to postihne v životě, nemáte bez okamžité lékařské pomoci šanci přežít. Podstoupil implantaci defibrilátoru, což se mu sice nelíbilo, ale v průběhu následujícího roku mu přístroj zachránil život.

■ To už víte?

Ano, komorová fibrilace, kterou jsme vyprovokovali během katetrizace, se poté objevila spontánně. Fotbal již nehrál, to jsme mu zakázali. Arytmie se objevila při běžných činnostech. Nejprve v létě, kdy ve vedru opravoval střechu, a poté ještě jednou během

Dnes jsme schopní odhalit v podstatě úplně všechno. Jsou ale také onemocnění, která potřebují, aby doktor o možnosti tohoto problému věděl, a tudíž o něm také uvažoval. Jsou patologie, jež jsou těžko odhalitelné, ale když je podezření, tak komplexní přístup zkušeného kardiologa by je neměl přehlédnout.

■ Jen se musí něco stát, aby lidé podobné prohlídky neodkládali, že?

Bohužel... V momentě, kdy člověk začne uvažovat o systematickém sportu, tak i když má subjektivně dojem, že je zdravý, měl by se nechat vyšetřit. Platí to pro všechny věkové kategorie. Jak jsme starší, tím choroby přibývají. Pokud někdo nesporně

nismus „jede na kyslíkový dluh“. Srdce těchto sportovců musí přečerpat obrovské množství krve, na to se srdce musí adaptovat. Pokud by přišel na vyšetření cyklista a lékař by nevěděl, že dělá tenhle sport, řekl by si po natočení EKG, že trpí dilatační kardiomyopatií, což je onemocnění srdce velmi často ne zcela jasného původu, vedoucí k roztažení srdce a ztrátě jeho výkonnosti.

■ Může srdce poškodit i fotbal?

Během fotbalového zápasu špičkoví hráči naběhají mezi osmi až třinácti kilometry. V amatérských soutěžích to bude méně. A to zase není tak obrovská zátěž jako právě u těch cyklistů. U fotbalu je riziko výrazně menší. Ale obecně platí, a to je paradoxní a logické zároveň, že sport zvyšuje riziko náhlé smrti asi 2,5násobně a u starších jedinců až desetinásobně. Když k tomu připočteme, že sportovci jsou odmala drilováni, jsou zvyklí si odpírat a přemáhat se, tak v rámci toho varovné signály jednoduše ignorují. Když začnou mít varovné signály, považují to za známku netrénovanosti, nebo naopak přetrénovanosti a problém je na světě.

■ Jaké jsou ty varovné signály?

Člověk si všimne, že není tak výkonný, jako byl dřív. Najednou to nejde – s poklesem výkonnosti přichází i zadýchávání a pomalejší regenerace. Jenže dost sportovců to bere tak, že ještě musejí přidat. A to je chyba.

■ Ve fotbale se míč často zpracovává hrudí, běžné jsou i údery loktem či nastřelení balonu prudce do hrudníku. Ohrožuje tohle všechno nějak srdce?

Asi před dvaceti lety k nám přišel karatista – měl abnormální EKG, poruchu hybnosti levé srdeční komory na ultrazvuku a na koronární, český věnčitě tepně, která zásobuje srdce krví, měl malé zúžení, což by v jeho věku vůbec nemělo být. Neměl v rodině anamnézu, která by naznačovala nějakou patologii. Pak si vzpomněl, že při tréninku dostal kop do hrudníku, při němž pravděpodobně došlo k traumatu cévy. V podstatě prodělal drobný infarkt. U kontaktních sportů se to může stát, ale je to extrémně vzácné. V další praxi jsem se s něm

„Nic proti sportovním doktorům, svou práci určitě umějí, ale když vás bolí zuby, tak taky nejedete na kožní.“

zimy. Kdyby neměl defibrilátor, neměl by vůbec šanci přežít. Tenhle příklad ale dokumentuje, že „zcela zdravý“ člověk s excelentním výsledkem zátěžového testu by bez komplexního vyšetření byl dnes jistě mrtvý. Nic proti sportovním doktorům, svou práci určitě umějí, ale když vás bolí zuby, tak taky nejedete na kožní. Kardiologická prevence je něco jiného než sportovní vyšetření. To si ale lidé často neuvědomují.

■ Je dnes vaše technika tak dokonalá, že vám nemůže uniknout žádná skrytá vada srdce?

toval a chce začít v padesáti letech, měl by se nechat vyšetřit, jestli si tu zátěž může dovolit. A pokud ano, tak na jaké úrovni.

■ Je možné, že se při sportování může srdce zničit i bez vrozeného problému?

Pokud ho budete významně přetěžovat, tak ano. Říkáme tomu sportovní srdce. Je adaptované na velkou zátěž, kvůli tomu je trochu nenormální. Typický příklad jsou cyklisté či veslaři. To jsou sporty, kdy srdce pracuje s velkým minutovým objemem a dlouhodobě v anaerobním pásmu – orga-

POHLED PRAŽSKÉHO FOTBALOVÉHO SVAZU

Tyto zdravotní prohlídky, kvůli kterým vznikl projekt „Hraj zdravý“, jsou v rámci České republiky jedinečnou záležitostí. Velmi si vážíme podpory pražského magistrátu – jen díky tomu je možné zrealizovat prohlídky v takovém množství a rozsahu. Dnes již naprostá většina pražských fotbalových klubů nastavila systém, jak prohlídky realizovat, a tak pomáhat v rozvoji mládeže, kde největší roli hraje především zdravý sportovec. Příklady ze světa nám ukazují, jak jsou prohlídky důležité. Mnoho případů však mohlo skončit dobře – být včasné diagnostiky a rozpoznání nemoci. Každý zachráněný život je cenný. Pražské kluby a rodiče vyšetření nic nestojí, proto věříme, že se budou i nadále do prohlídek zapojovat. Snahou vedení Pražského fotbalového svazu je i nadále ve spolupráci s Magistrátem hlavního města Prahy pokračovat a pro zdraví dětí a mládeže udělat maximum!

podobným už nesetkal. U fotbalu se to teoreticky také může stát při úderu loktem, ale je to raritní.

■ **Mluvili jsme o tom, že při velké a přehnané námaze se může zdravé srdce poškodit. Jak ho naopak udržet v ideální kondici?**

nepochybně (opět důrazně), ale jde o tu míru. Sportovat by se rozhodně mělo, ale proto, aby se zlepšilo vaše kardiovaskulární zdraví. Ne aby vás to zabilo.

■ **Tady je asi dobré zkombinovat vyšetření u kardiologa právě se sportovním lékařem, ne?**

„Sportovat by se rozhodně mělo, ale proto, aby se zlepšilo vaše kardiovaskulární zdraví. Ne aby vás to zabilo.“

To, co jsme si doposud řekli, sport nijak nediskriminuje. Naopak! Tady to rozdělme na amatérský a vrcholový sport, který v dnešní podobě „sportovních gladiátorů“ nemá se zdravím moc společného. Ale když člověk dělá v rozumné míře amatérský sport, má před vrstevníky, kteří nespportují, kardiovaskulární náskok. Je to velmi dobře vidět u nás v ambulanci. Moje generace padesátníků do čtyřiceti let ještě čerpala z dětství, které bylo díky mnoha faktorům více aktivní. Mezi čtyřiceti a padesáti lety je taková šedá zóna, od padesátky výš dobře rozlišíte sportovce od nespportovce. A když vezmu extrém: sportovci versus nespportovci a navíc kuřáci. Od padesátky vidíte, že jsou dva lidé sice kalendářně stejně staří, ale biologicky je mezi nimi velký rozdíl. Dělat sport nepochybně (důrazně) ano,

Ano, to také doporučuji. Sportovní lékař vám určí tu tréninkovou míru, v níž byste se měli pohybovat, v tomhle jsou zase sportovní doktoři naprosto nezastupitelní.

■ **Kdy mohou nastat zásadní problémy se srdcem? Je to už u dětí?**
Do zhruba 12 let jsou děti velmi dobře monitorovány pediatry, vyšetřovat je v šesti nebo sedmi letech tak, jak se o tom bavíme, v podstatě nemá smysl. Ale zhruba od těch dvanácti let už trénují poměrně dost a jejich tělo to dokáže dobře tolerovat. V této době začíná být sport docela náročný a děti zrovna trochu vypadnou z evidence, už ke svým pediatrům tolik nechodí. Právě proto má v tomto období význam je vyšetřovat.

■ **Dá se říct, že je fotbal pro srdce poměrně optimální sport,**



Za doktorem Krupičkou jezdí sportovci do Brandýsa nad Labem.

když vynecháme patologické problémy?

Za mě určitě ano.

■ **A umíte si z pozice kardiologa vysvětlit nedávný kolaps bývalého brankáře Pavla Srníčka při rekreačním běhu, po němž zemřel?**

To se dostáváme do pásma absolutní spekulace, což bych nechtěl. Odhlédneme od tohoto konkrétního příkladu. Obecně se můžeme ptát: Co se může stát někomu, kdo prošel špičkovými kluby a měl špičkový

Za dva roky fungování bylo na prohlídky ze zdrojů Magistrátu hlavního města Prahy vynaloženo více než 14,5 milionu korun. Do roku 2016 se s prohlídkami nadále počítá.

INZERCE

kasa.cz
jděte rovnou ke kase

Osobní přístup v prodejně internetového obchodu.

V každé prodejně **KASAHOUSE** můžete využít náš školený personál.

TISÍCE POLOŽEK
za internetové ceny skladem

5 MINUT
bleskurychlé odbavení

REKLAMACE DO 30 DNÍ
řešíme výměnou

www.kasa.cz

Skorkovská 1511, 198 00 Praha 9-Černý Most
V Oblouku 266, 251 01 Průhonice/Čestlice

PO-PÁ 8-20
SO-NE 9-19

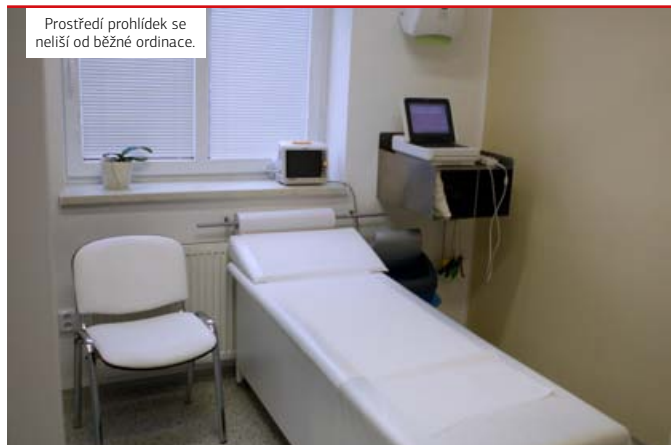
841 800 800



zdravotní servis? Takový člověk může mít nějakou srdeční patologii, o níž jsme již mluvili a kterou jeho tělo dosud dobře tolerovalo. Nebo může mít předčasnou aterosklerotickou nemoc a sport s pravidelným tréninkem odsouval riziko do pozdějšího věku – čili jinými slovy: bez sportu by se choroba manifestovala dříve. Další příčinou může být zánět srdečního svalu čili myokarditida a náhlá smrt může být jejím následkem. A tím se dostáváme zpátky k osobnosti sportovce: je zvyklý si odříkat, být na sebe nesmírně tvrdý, podceňuje varovné signály nebo jim nedává význam, který ty signály mají. Dám vám příklad. V sobotu se hraje důležité kvalifikační utkání a v úterý vystoupí trenér, že klíčový záložník týmu je nachlazený a má horečky. Doktoři ale říkají, že udělají všechno, aby v sobotu nastoupil. A on nastoupí. Neléčená chřipka trvá týden, léčená sedm dní. Chápete to? Je to úplný nesmysl, aby hrál. Tento moment může vést právě k zánětu srdečního svalu. U myokarditid to většinou bývá tak, že člověk prodělá či v horším případě přechodí „banální“ nachlazení a výsledkem může být poškození srdečního svalu.

■ **Takže když mi lékařka v dětství po nemoci psala, že bych neměl týden cvičit a já to nebral vážně, dělal jsem chybu?**

To od té doktorky nebylo správně, to bylo výborně! Tělo se i po běžném na-



chlazení potřebuje dostat do původní formy, rekonvalescence je potřebná.

■ **Profesionální kluby si pořizují na stadiony defibrilátory. Je podle vás něco podobného možné i na amatérské úrovni?**

Oklikou jsme se dostali k financování sportu. Kluby nemají dostatečné rozpočty na to, aby svým členům platily zdravotní prohlídky, chtějí jen potvrzení, že mohou sportovat. To vám může vystavit klidně známý doktor, který vás jen zběžně prohlédne. Je to kvantitativní, nikoliv kvalitativní opatření. Zdravotní pojišťovny tato vyšetření neplatí, kluby na to nemají peníze a ti kluci si to chtějí hlavně nějak zajistit, aby mohli hrát. V USA na stadionech defibrilátory mají. Model pro laiky stojí necelých

40 tisíc korun. Když si vezmete, kolik lidí v areálu běžného fotbalového klubu v Česku o víkendu hraje zápasy, tak to nejsou zase tak velké peníze. Myslím, že je to investice, která se vyplatí.

■ **Zvládl by v případě potřeby laik takový defibrilátor použít?**

Jsou dělané tak, že resuscitujícího navádí hlasový záznam, nic složitějšího. Jsou to situace, které mohou zachránit život. Když lidé umírají na arytmií, je potřeba, aby výboj z toho přístroje přišel co nejdříve. To je třeba známý případ hokejisty Jiřího Fischera, jemuž se to stalo na střídačce při zápase. Naštěstí tam měli vedle zkušeného lékaře i defibrilátor. Kdyby se mu to stalo jinde, neměl by šanci. Ale i samotný de-

JAK VYPADÁ VYŠETŘENÍ?

„Sportovci se u nás zdrží asi půl hodiny. Nejdřív vyplní dotazník zaměřený na kardiovaskulární nemoc a rodinná rizika, sestra jim natočí EKG a nakonec se udělá ultrazvuk srdce,“ popisuje Krupička. „Za vyšetření se účtuje tisíc korun, ale díky grantu od pražského magistrátu nestojí mládežnické fotbalisty z pražských klubů nic.“

fibrilátor obsluhovaný laikem podle návodu má význam.

■ **Pečují dnes lidé o svá srdce lépe než před lety?**

Určitě ano, někdy bych řekl, že až zbytečně hystericky. Je to dané tím, že moderní člověk je internetový člověk. A internet snese víc než papír. (usmívá se)

■ **Zaujala mě informace z vašich internetových stránek, že jsou muži ohledně rizika náhlé smrti při sportu ohroženější než ženy. Proč?**

Je to emocemi ve sportu. Muži jsou hodně soutěživí, vítězství v nedůležitém utkání je pro ně skoro alfa a omegou života. Emoce jim zvyšují tepovou frekvenci a snižují fibrilační práh, takže možnost fibrilace srdce je daleko vyšší. ■

Sympatická sestřička natočí EKG pacientům i lidem, kteří přišli na preventivní prohlídku.





JIKA
moje koupelna

**35 studií
po celé ČR a SR**



www.koupelny-ptacek.cz

www.kupelne-ptacek.sk

**Služby
studia koupelen**

- GRAFICKÝ 3D NÁVRH ZDARMA
- VÝPIS MATERIÁLU
- TECHNICKÁ ZPRÁVA
- ODBORNÝ PERSONÁL
- ŠIROKÝ VÝBĚR VE VŠECH CENOVÝCH ÚROVNÍCH
- INDIVIDUÁLNÍ ŘEŠENÍ SLEV
- SPOLUPRÁCE S ODBORNÝMI MONTÁŽNÍMI FIRMAMI
- DODÁVKA ZBOŽÍ ZDARMA

STUDIA KOUPELEN V PRAZE

- Praha, Sykora Home: Českomoravská 183/27, 190 00 Praha 9, tel. 284 019 300
- Praha-Jinočany, Severní 275 . 252 25 Praha-Jinočany, tel. 257 192 202
- Praha-Podolí: Jeremenkova 14, 140 00 Praha 4-Podolí, tel. 244 001 166-168
- Praha-Uhřetěves: Bečovská 939, 104 00 Uhřetěves, tel. 267 315 225



TÉMA

KONEC VÝMLUV NA MÍČE! UŽ JEN NA HŘIŠTĚ A VÍTR...

PRAŽSKÝ FOTBALOVÝ SVAZ NA ZAČÁTKU ROKU 2016 POSLAL VŠEM KLUBŮM PRAŽSKÁ TEPLÁRENSKÁ PŘEBORU MUŽŮ TŘI BALONY, S NIMIŽ SE HRAJÍ LIGY V ANGLII ČI VE ŠPANĚLSKU

TEXT: RADIM TRUSINA FOTO: PAVEL JIŘÍK ST. A FCPK

Nástup roku 2016 v kalendáři neznamenal pro kluby z Pražská teplárenská přeboru mužů jen začátek zimní dřiny, ale také očekávání jedné velmi příjemné zásilky z Pražského fotbalového svazu. Na adresu všech 16 mužstev zaměřily tři MÍČE Nike Ordem 3. Díky jeho převážně oranžové barvě tak budou góly v nejvyšší metropolitní soutěži ještě lépe viditelné a výraznější.

Co se týče balonů, mohou se fotbalisté v Pražská teplárenská přeboru rovnat s nejlepšími soutěžemi na světě: anglická Premier League, španělská La Liga, ale také italská Serie A – tady všude je Nike Ordem 3 oficiálním míčem soutěže.

A stejně tomu bude také v Pražská teplárenská přeboru.

„Snažíme se o to, aby kluby dostaly co nejlepší míče na trhu. Proto právě tyhle míče,“ říká Jan Gruber, marketingový manažer Pražského fotbalového

svazu. „Pražská teplárenská přeboru mužů je nejvyšší soutěž, kterou lze v Praze hrát, je to výkladní skříň svazu. Stojí za ní silný partner v podobě Pražské teplárenské a my jako svaz o tuto soutěž musíme řádně pečovat. Smyslem distribuce balonů pro přeborové týmy je sjednocení kvality míčů pro utkáni, a tím pádem i zvýšení atraktivitativy jak pro diváky, tak pro samotné hráče. Chceme pražský přebor posouvat stále dál a jednotný míč je již nedílnou součástí této snahy,“ dodává.

OD ROKU 2012

Poprvé kluby dostaly od svazu deset míčů Nike Maxim na konci roku 2012. Od té doby se hraje přebor s jednotnými balony. Tato povinnost je zároveň uvedena v Rozpisu mistrovských soutěží. Ať se hraje na přírodní nebo umělé trávě, musí u toho být balóny od firmy Nike. „Tato povinnost platí pro všechna utkání Pražská teplárenská přeboru,“ potvrzuje Gruber.

Dnes už kluby nedostávají po deseti kusech jako na začátku projektu, počty se snížily. Přesto se stalo tradicí, že každý klub, který do přeboru postoupí, „vyfasuje“ automaticky čtyři nejnovější míče od Nike. Začátkem kalendářního roku pak všichni účastníci tři tyto balony, včetně nováčků. „Vše ale závisí na finančních možnos-

tech svazu a rozhodnutí Výkonného výboru,“ objasňuje manažer. Zatím ale balony každý rok z Kozí ulice, kde PFS sídlí, odešly.

Nejde totiž vůbec o malé sumy. Vždyť jeden míč Nike Ordem 3 stojí v maloobchodním prodeji bez deseti korun tři tisíce. Lehkým propočtem dojdete k tomu, že svaz ušetřil přeborovým klubům svým darem bezmála 150 tisíc korun!

„Pozitivní reakce na tuhle aktivitu svazu jasně převažují,“ usmívá se Jan Gruber. „Kluby už berou jako samozřejmost, že od nás nějaké míče dostanou. Když se s dodávkou trochu opozdíme, tak nás na to rychle upozorňují. Myslím, že jde o docela zajímavý motivační prvek, proč také hrát Pražská teplárenská přebor. Pokud všechno půjde podle plánu, ▶





chce Pražský fotbalový svaz přeborové kluby takto podporovat i v příštích letech," naznačuje.

Ač je Pražský fotbalový svaz vyhlášený svým důrazem na projekty, které se týkají mládeže, v tomto směru má mužský přebor přednost. „Na mládež samozřejmě nezapomínáme,“ reaguje rychle Gruber. „Třeba na podzim jsme rozdali klubům hrajícím v kategorii staršího dorostu míče za 3. místo v soutěži UEFA Best Grassroots project 2014. Hodnotné ceny dostávají i vítězové všech pražských přeborů.“

NOVÉ „MERUNY“ BUDOU SLUŠET

V tom mužském v minulé sezoně vládli hráči Přední Kopaniny, kteří vedou tabulku i v polovině ročníku 2015–2016. A právě na kopaninském facebookovém profilu se zástupci klubu pochlubili fotkou třech nových balonů, s nimiž budou místní fotbalisté usilovat o obhajobu prvenství. Kopanina v předešlých letech hrála převážně o udržení v divizi, kde se s jednotlivými míči nehrálo. Po návratu do Prahy z toho bylo páté, první a průběžné první místo, jak už bylo zmíněno výše. Zdá se, že oficiální pře-

borové balony týmu se sídlem na dohled od ruzyňského letiště sedí.

„Myslím, že ve špičce přeboru nás drží úplně jiné věci než míče, ale na fotkách to klukům s těmito merunami určitě sluší,“ reaguje s úsměvem na odlehčený dotaz Tomáš Cigánek, předseda Přední Kopaniny. „Každá iniciativa, která pomůže dostat cokoli do klubů, která vítána. Pražský fotbalový svaz rozjel řadu zajímavých projektů a je třeba říci: díky!“

Také Cigánek, který se v pražském fotbale jako hráč i funkcionář pohybuje léta a zároveň je členem Výkonného výboru PFS, souhlasí s tím, že stejné míče dělají přeboru velmi dobrou vizitku. „Z mého pohledu je to především dobrý marketing, spoluvytváří to image soutěže. Přebor, jako nejvyšší krajská soutěž, byl vždy reprezentativním vzorkem fotbalu v Praze a nehrálo se zde nikdy se žádnými šlukpami,“ vzpomíná muž, který se před dvaceti lety stal s jedenadvaceti zásahy nejlepším kanonýrem soutěže. „Působí zde výborní hráči a chtějí si zahrát dobrý fotbal, tak proč by měli kopat se špatnými míči? Každopádně každá kvalitní soutěž má své sponzory i co se vybavení týká, takže oficiální míč sou-

těž je výborný nápad. Sice jsme do míčů na Kopanině stejně investovali, protože jich je potřeba více než svaz dává, ale jsme za to moc rádi a věříme, že si svaz udrží formu v pomoci klubům i do dalšího období.“

STŘELECKÉ VZORKY?

Lednová zásilka se v Cigánkově klubu na první pohled setkala s úspěchem. „Míče vypadají dobře. Známe je z televize z profesionálních soutěží, tak teď to bude naživo i v přeboru. Osobně mám reflexní barvy rád, takže doufám, že Kopanině ta oranžová přinese štěstí,“ věří. „Nejkrásnější míče jsou nakonec vždycky ty, které se třepou v síti soupeře. Tak doufám, že nám svaz poslal na Kopaninu ty správné vzorky,“ rozesměje se.

S góly neměli Kopaňáci v poslední době problém. V přeboru patří k nejlépe střílejícím mužstvům – starší modely ovládali perfektně, tyto míče se teď přesunou výhradně do tréninkových sítí. „Dřív svaz dával míčů více, takže se ty zápasové běžně zapojovaly do tréninku. Teď dostáváme tři balony, takže je asi pošetříme na předzápasové ladění, protože na tréninky máme dostatek kvalitních míčů z dřívějšíka,“ po-

pisuje Cigánek praxi, která bude nejspíš běžná ve více oddílech.

Přece jen v době zimních příprav, které probíhají téměř výhradně na umělých trávnicích, stejně jako tréninky na začátku jara, by se mohly balony rychle zničit tím, že by na tomto povrchu klasicky „zčernaly“. To se však časem někde může stát a také se to pravděpodobně stane: třeba na Hájičích je to dobře viditelné u míčů „Maxim“, jelikož klub hraje domácí mistrovská utkání na umělé trávě, kde logicky i trénuje.

Zatím ale ordemy září novotou. „Myslím, že i tyto detaily, jako jsou stále nové míče, zaujmou a pomáhají udělat soutěž pro hráče atraktivní. Pražský přebor je v poslední době hodně vidět, na soupiskách klubů je řada hráčů se zkušenostmi z vyšších soutěží, kteří mohou přilákat víc fanoušků na stadiony. Svaz se snaží udělat tuto svou elitní soutěž co nejzajímavější a myslím, že se mu to daří,“ chválí Cigánek, který ještě balony „nepředhodil“ svému A-týmu. „Na reakci kabiny si počkejme, ale důvody pro špatný výkon se už budou muset hledat jen ve špatném trávníku nebo v silném větru,“ směje se.





NEJ...

PŮL STOLETÍ S ADMIROU

JOSEF VAVRUŠKA JE NEJDÉLE SLOUŽÍCÍM SEKRETÁŘEM V PRAZE, NEJSPÍŠ I V CELÉ REPUBLICE

TEXT: ŠTĚPÁN ŠIMŮNEK FOTO: PAVEL JIŘÍK ST.

Říká o sobě, že je typem člověka, kterého když někde posadíte, tak ho tam také najdete. Možná i proto dělá JOSEF VAVRUŠKA sekretáře v Admíře už neuvěřitelných 50 let! V tomto ohledu mu nikdo v Praze, a dost možná ani v celé republice, nemůže konkurovat. Jak se za tu dobu jeho práce změnila? Kdo mu je největší oporou? A považuje se vůbec za srdcaře?

Josef Vavruška, jemuž bude v březnu 88 let, se narodil v Rokytnanech (okres Jičín). V roce 1958 se pak přestěhoval do Prahy, konkrétně do Kobylis. „Kvůli práci (dělal vedoucího úseku plánování v družstvu zlatníků Soluna – pozn. red.) jsem si tehdy musel udělat maturitu, takže jsem do roku 1965 studoval. Pak už jsem měl volné ruce a mohl začít dělat fotbal. A protože jsem bydlel, a bydlím, blízko Admiry,

bylo jasné, že půjdu tam,” vzpomíná na své začátky v klubu s koňmi ve znaku.

TEN POČÍTAČ...

Na Admíře je už od roku 1965, rok dělal vedoucího mužstva starších žáků, poté změnil pozici. „Přišel za mnou tehdejší předseda a nabídl mi, jestli bych nechtěl dělat sekretáře. Tak jsem to zkusil. A trochu se to protáhlo. Jsem totiž takový typ, že kam mě po-

sadí, tam mě najdou,” směje se. „Letos v létě to bude už padesát let. A pořád mě to baví. Beru to tak, že je moje povinnost odvést práci, kterou klub potřebuje,” vysvětluje.

Podle Josefa Vavrušky obnáší práce sekretáře vesměs totéž co v dobách, kdy s ní začínal. „Podstata je podobná. Jde především o administrativu. Od lepení plakátů až třeba po plánování zápasů,” přibližuje s tím, že ač má vzpomínek na rozdávání, nerad se v nich brodí. „Vyzvedávat některou dobu je složitě. Ta práce je odvislá od výsledků, takže když se dařilo, bylo to vždycky lepší. Úspěchy klubu jsou pokaždé odrazem práce,” líčí.

Jeden zásadní rozdíl oproti „sekretářině“ tehdy a dnes by se však našel – práce s počítačem. „To je moje největší slabina. Za pochodu se učím, ale když se na monitoru objeví něco nestandardního, tak jsem vedle,” přiznává s úsměvem muž, jehož byste v útulné kanceláři na Admíře našli od pondělí do pátku. „Víkendy mám volné, tedy pokud se sám nejdu podívat na zápas. Jakože většinou chodím,” podotýká.

Po celou dobu „50“ let v Admíře s ním spolupracuje známý pražský rozhodčí a delegát Ladislav Čadský. Ten působil v různých funkcích: jako předseda klubu, předseda jednoty Sokol až po současného organizačního pra-



Pan Vavruška a Admíra, to jde už padesát let k sobě.



Klubový sekretář má na co vzpomínat...



Pan Josef má dva sny – a oba kopali za kobyliský tým.

covníka. Oba mají dalšího koníčka v šachách, sehráli nespočet partií, ale v současnosti nahradil pana Čadského další fotbalový vysloužilce a trenér Josef Veniger.

Řadu věcí pan Vavruška konzultuje s mediálním pracovníkem klubu a fotbalovým publicistou Mgr. Alešem Pivodou, na kterého se může spolehnout, zejména pokud jde o fotbalovou historii.

DIAMANTOVÁ SVATBA

Jako sekretáři mu „pod rukama“ prošly desítky, respektive spíš stovky hráčů. „Bylo jich tolik, že si to ani nejde pamatovat. Měl jsem tu čest potkat se v Admiře ještě s největ-

šími postavami kobyliského fotbalu, pány Antonínem Rýgrem a Josefem Forejtem starším. Kus svého fotbalového umu odvedl v Admiře i Robert Segmüller, svého času nejlepší kanojnýr pražské Slavie,“ vypočítává Josef Vavruška.

„Z těch, co to někam dotáhli, bych dále jmenoval Jardu Marka, který hrával ligu za Bohemians, Jardu Nebeského, který se prosadil v Hradci Králové, nebo Pepu Krejču, který nás opustil bohužel v mladém věku. Z Admiry vykročil do fotbalového světa pozdější trenér národního mužstva Dušan Uhrin starší, který, přestože žije ve Františkových Lázních, přijede každý rok na vánoční setkání fotbalových internacionál Ad-

miry. Z těch mladších připomenu gólmána Míru Millera, který z Kobylis šel chytat ligu do Mladé Boleslavi, nebo Pavla Krmaše, donedávna oporu bundesligového Freiburgu,“ vzpomíná Josef Vavruška.

Nejen proto, že se ve fotbale pohybuje takovou dobu, by mu měl rozumět jako málokdo. „No, nemůžu o sobě říkat, že jsem fotbalový odborník, ale rozumím mu určitě víc než třeba hudbě nebo malování,“ usmívá se. „I tím, že na fotbal chodím, o něm přehled mám.“

Josefu Vavruškovi po celou dobu byla a je velkou oporou manželka Jiřina, s níž letos oslaví „diamantovou svatbu“, brali se už v roce 1956!

„Občas to pro ni bylo náročné, ale vydržela to se mnou. A letos budeme opravdu slavit šedesát let manželství,“ těší ho. Mimochodem, se ženou má dva syny, přičemž oba byli u fotbalu. A nepřekvapí, že oba také kopali za Admiru. „Mají fotbal rádi, ale na vysokou úroveň se nedostali. V Admiře hráli jen v mládeži. Starší Zbyněk byl pod Řípem a nyní trénuje žáky v Roudnici nad Labem,“ podotýká nejdéle sloužící sekretář.

Nerad vzletně hovoří o srdcařství nebo klubismu, ale je jasné, že po padesáti letech v jednom oddíle mu Admira k srdci přirostla. „Musela, když jsem tu takovou dobu. Srdcař určitě jsem,“ přikyvuje. ■



V milovaném areálu!



Na Admiře začínal u mládeže.

STŘÍDÁNÍ

KAMARÁDŮM DO PRÁCE NEMLUVÍ

MARTIN LES NAVAZUJE NA OTÁZKY JAKUBA SAINERA

TEXT: LUKÁŠ VRKOČ FOTO: PAVEL JIŘÍK ST.

„Zajímá mě, jaké je to, když ještě nedávno pískal přebor a teď v něm působí jako hráč. Dále se chci zeptat, jestli Přední Kopanině teď rozhodčí nepomáhají, když se se všemi zná... A jaké je to po dlouhé době, co nehrál aktivně fotbal, zase začít.“ Takto přesně se zeptal Jakub Sainer MARTINA LESE. Jeho odpovědi vás pobaví!

Jsou totiž pohotoví a velmi obsáhlé: „To, že jsem do nedávné doby působil v pražském přeboru jako rozhodčí a teď jako hráč Přední Kopaniny, je pro mě velice zajímavá zkušenost. Už v době, kdy jsem v něm působil jako rozhodčí, jsem si říkal, jestli bych se tam prosadil i jako hráč. To byl vlastně i můj hlavní důvod návratu. Dále je velice zajímavé, když jsem působil v přeboru jako rozhodčí a někoho jsem vyloučil a teď proti němu nastoupím jako hráč. Například Jakub Sainer, že?“ směje se Martin a v podobném duchu pokračuje. „Jestli nám rozhodčí pomáhají? Velice zajímavá otázka od hráče Uhelných skladů, které od nás odjely s předělem 3:0 a skoro se nedostaly na útočící půlku... Ale teď vážně, jelikož jsou rozhodčí hodnoceni každý zápas delegátem a jestli se chtějí

posunout do vyšších soutěží nebo nespahnout do nižších soutěží, tak musejí během utkání předvést co nejlepší výkon. A nějaké pomáhání známým nebo kamarádům by pro ně mohlo být velice nešťastné v rámci jejich další kariéry s píšťalkou.“

URÁŽKA PANA GRÉGRA

I proto se samotný Martin Les bývalým kolegům a kamarádům snaží do práce nemluvit... Ta doba je pryč už dávno pryč, nicméně vzpomínky na chvíle „chytračení“ z hlavy nezmizely. Posuďte sami: „Nejvtipnější historku mám, když jsem ještě hrál za dorost Aritmy a zároveň asi rok pískal. Na jednom zimním turnaji jsem se neztotožnil s výkonem rozhodčího, nadával jsem, tleskal nad hlavou a každé jeho roz-

hodnutí náležitě ohodnotil svým výrokem. Po utkání mi bylo ostatními rozhodčími řečeno, abych se omluvil, a já místo toho radši ihned odešel z kabiny a ještě jsem použil větší sílu k zavření dveří. Po nějakém čase mi prozradili, že jsem urazil bývalého, hodně váženého mezinárodního rozhodčího pana Grégra. Ostuda byla na světě a pokuta od Komise rozhodčích taky,“ vypráví barvitě, co ho přimělo zklidnit chování s výhledem do budoucna.

Však také v situaci, kdy ví, že rozhodčí rozhodl dobře v duchu pravidel, nespokojeným spoluhráčům v kabině občas řekne, že to tak opravdu posoudil dobře. „Většinou je ale reakce taková, že mi nevěří a hned říkají, ať se jich furt nezastávám, že už dávno nejsem rozhodčí, ale hráč Kopaniny,“ culí se Martin.

VŠECHNO HODNÍ KLUCI

Co se týká restartu hráčské kariéry, ten podle samotného Lese nebyl vůbec jednoduchý, „Přece jenom pauza

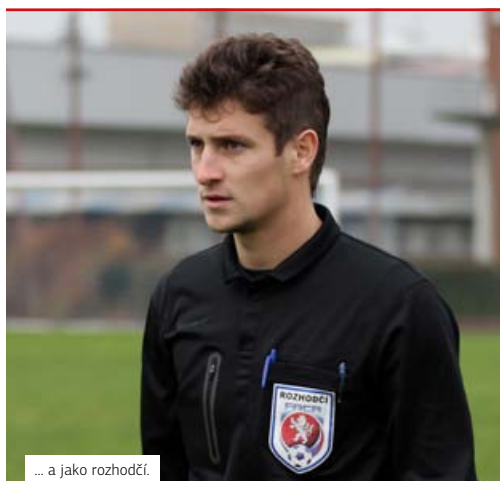
pět let není úplně málo. Přesně před rokem, kdy jsem šel do zimní přípravy s FCPK, jsem tam byl opravdu do počtu, ale snažil jsem se co nejvíce trénovat, abych přispěl k titulu, pokusil se o obhajobu a byl platným článkem našeho týmu. Doufám, že v dnešní době jím už jsem, i když určitě jsou někteří, kteří si to nemyslí,“ šije do spoluhráčů.

A jen u drobného rýpnutí nezůstává! I když další věty jsou míněné se slušnou dávkou ironie. „V Přední Kopanině není ani jeden těžký kus, se kterým bych se nechtěl potkat v roli rozhodčího. Všechno hodní kluci, kteří vždy souhlasí s výroky rozhodčích!“

Do budoucna Martin Les nevylučuje, že by znovu oblékl rozhodcovský dres, vzal píšťalku a šel řídit přeborové utkání. K tomu je ovšem nutné, aby jeho tým soutěž vyhrál a šel do divize. „To by se mi možnost naskytla, ale záleželo by i na Komisi rozhodčích, které se můj návrat na trávníky v roli hráče moc nelíbí,“ uzavírá povídání vážným tónem. ■



Martin Les v civilu...



... a jako rozhodčí.

STŘÍDÁNÍ

MARTIN LES

SVATOPLUK SYKORA

„Jaká je u vás v týmu Zbraslavi parta? Máte tam nějaký úplný bláznů na útěku? A můžeš dosadit jména hráčů do jednotlivých rolí? Nejlepší hráč, největší nervák v týmu, klid'as, model, hudební DJ, samotář, partyboy...“

GRAND Krásná & Zdravá

VÁŠ **OBLÍBENÝ** a jediný **ŽENSKÝ**
LIFESTYLOVÝ časopis **ZDARMA**
slaví **velký NÁVRAT**

ROZHOVORY
MODNÍ TRENDY
OSOBITÉ PŘÍBĚHY
a mnohé další...



GRAND PRINC
MEDIA

JIŽ OD
1. 12. 2015

EXKLUZIVNĚ
NEJEN NA NAŠICH
STOJANECH





LEGENDA

TOMÁŠ POSPÍCHAL: SRDCE NEMOCNÉ MÍČEM

VÝZNAMNÉ OSOBNOSTI HISTORIE PRAŽSKÉHO FOTBALU JAK JE (MOŽNÁ) NEZNÁTE

TEXT: MILOSLAV JENŠÍK FOTO: ARCHIV AUTORA

Tomáš Pospíchal se probíjí skotskou obranou v baráži v roce 1961 v Bruselu. Vlevo s číslem 8 je Adolf Scherer.

„Já byl v soukromí spíše klidný, hodný a nevybojný chlapec, takový tichošlápek. Jak jsem však vletěl na hřiště, něco se ve mně zlomilo, vjela do mě neuvěřitelná síla a drzost...“ Tak TOMÁŠ POSPÍCHAL sám sebe charakterizoval v memoárové knize nadepsané jeho okřídleným výrokem „Fotbal nemá logiku“ – a nikdo by to nedokázal lépe. Když jste si s ním povídali jen tak o všem a o ničem, byl to příjemný, pohodový mužský. Dokud nepřišla řeč na fotbal a na nějaký jeho zapeklitý problém...

Jak to zařídí „nevybojný chlapec, takový tichošlápek“, když si chce někde zakopat za žáky? Snad každý, kdo někdy fotbal hrál nebo se kolem něj třeba jen motal, se někde potkal s talentem jako hrom, který pro samou skromnost zůstal nepovšimnut. Sedávej, panenko, v koutě? Houby s octem! Tohle Tomáš řešit nemusel. Měl dva o pár let starší brášky, kteří ho často

dostávali na starost. A protože hráli fotbal, brali ho s sebou na hřiště. Tak se stalo, že v dresu si poprvé zahrál už v devíti letech – v časech, který neznal přípravky. K tomu, aby od třinácti hrál za dorost a ve čtrnácti v oblastním finále dorosteneckého přeboru, už pomoc sourozenců nepotřeboval. Jedna z četných reforem školství zavlela roku 1951 závěrečné zkoušky

na základních školách, takovou malou maturitu. Písemky z češtiny a matematiky, ústní zkoušky ze čtyř předmětů. Tomáš to zvládl na samé jedničky – hotový div u kluka, který strávil každou volnou chvíli na hřišti. Přemlouvali ho na gymnázium, ale on si prosadil svou a namířil si to do Vítkovických železáren, vyhlášeného sportovního ráje. Zapsali ho tam na strojnickou průmyslovku.

ZLMOVÝ ROK 1954

V době, která o dorostenecké lize mohla jen snít, se mládežnické soutěže hrály vyřazovacím způsobem až do čtyřčlenného závěrečného turnaje. Tehdy se do něj probojovali chlapi

z Košic (tam měli příštího spartána Andreje Kvašňáka), z Ústí nad Labem (se spartánem Pepíkem Vojtou, klokánem a sešivaným Pepíkem Pířou a dalšími budoucími ligovými borci), z Chrudimi a z vítkovické průmyslovky, jejímž nesrovnatelně nejlepším hráčem byl světlovlasy kulový blesk na pravé spojce.

Na podzim si dorostenci zahráli v Budapešti s maďarskými vrstevníky. Vyhráli 4:2 a byla kolem toho veliká sláva, protože v dospělé kategorii jsme tehdy na Maďary neměli. Jména čtyř úspěšných střelců lze najít v historických zápisech nejvyšší domácí soutěže. Ke Kvašňákoví, Pospíchalovi a Pavlu Molnárovi z bratislavského



Národní mužstvo před strahovským utkáním s Brazílií na jaře 1956: zleva debutant POSPÍCHAL, Masopust, Hertl, Pešek, Borovička, Přáda, Moravčík, Urban, Hledík, Dolejší a Novák.

Post: pravé křídlo**Hráčská dráha:** 1945 SK Zejda Přerov, 1946 SK Přerov, 1950 Sokol Telč, 1951 Vítkovice, 1955 Tankista Praha / Dukla Pardubice, 1957 Baník Ostrava, 1965 Sparta, 1968 Rouen (Francie, do roku 1971)**Bilance v lize:** 10 ročníků nejvyšší domácí soutěže v letech 1950 až 1968, 239 utkání, 70 gólů**Mistrovské tituly:** 1965, 1967, jako trenér 1983**Mezistátní utkání:** 26 v letech 1956 až 1965, 8 gólů; vicemistr světa 1962**Trenérská dráha:** 1971 TJ Břevnov, 1972 Baník Ostrava, 1975 Škoda (dnes opět Viktoria) Plzeň, 1977 Bohemians, 1987 Slavia (do roku 1988); kariéru předčasně ukončil pro vážnou srdeční vadu, která později i po transplantaci uspišila jeho smrt)

Malý, ale sporný útočník s bleskovou klíčkou a tvrdou střelou patří k nejslavnějším křídům našich fotbalových dějin – a také k legendárním trenérům.

Sparta v Mexiku: zleva stojí Vojta, Kramerius, Táborský, Kollár, Tichý a Dyba, před nimi POSPÍCHAL, Mráz, Kvašňák, Mašek a Vrána.



Setkání někdejších spartánských spoluhráčů a později úspěšných trenérů: Tomáš Pospíchal přijímá blahopřání Vladimíra Táborského k vítězství Bohemky, uprostřed jeho asistent Ivan Kopecký.

Slovanu není co dodávat. A Demovič hrával ligu v Trnavě.

Rok poté sedl Tomáš s povolávacím rozkazem v kapse na rychlík do Prahy. Stal se hráčem Tankisty, který právě sestupoval do II. ligy. Tehdy se ještě v metropoli ani neohřál, protože celé mužstvo převeleli do Dukly Pardubice. Tam poprvé oblékal stejný dres s Andrejem a s Vládou Kosem, budoucími spoluhráči ze Sparty. Ta ho chtěla hned, jak dostříhal metr (Baník ho v ligovém týmu zkoušel už v jeho necelých šestnácti letech, ale Vítkovice řekly ne). Roku 1957 přetahovanou o chlapíka, který se vracel do civilu, vyhrál ostravský Baník. A v něm Tomáš, to už kované křídlo, dozrál pro mezinárodní trávu.

Jeho transfer na Letnou byl dobovou senzací. Ostrava že ne a nedá – horníci kvůli němu docela vážně chtěli stávkovat. Přestup se nakonec řešil až v nejvyšším sekretariátu vládnoucí strany totalitního režimu. A paradoxně to byl Ostravák původem Kolder, jeden z tehdejších nejmocnějších mužů ve státě, kdo dal konečný souhlas...

Z POHODÁŘE TRENÉR-PESI

Když skončil ve Spartě, vypravil se Tomáš jako legionář do Rounu v Normandii. A ze sladké Francie se vrátil docela jiný Pospíchal. Štíhlejší, cílevědomější. Vlastně na tom nebylo nic až

tak divného. Hráč, který vyrostl v absurdistánském pseudoamatérismu, poznal opravdový poctivý profesionalismus a udělal si z toho své závěry pro další působení. Jako trenér začal ve skromném divizním Břevnově. Během toho roku objevil a okřesal pozdějšího superhráče Honzu Berga, v té době malíře pokojů. A také svého příštího asistenta v Bohemce Josefa Zadinu. Přes Plzeň a Ostravu zamířil znovu do Prahy, potřetí a natrvalo. V Bohemce postupně vytvořil tým, který v první polovině osmdesátých let u nás neměl konkurenci. Někdejší borec s nadáním od fotbalových bohů, ale s trochu „volným“ přístupem k tréninkovým po-

vinnostem, se proměnil v rasa, který nikomu nic neodpustil. Byly dny, a nebylo jich málo, kdy ho hráči nenáviděli. Ale on měl svou vizi a šel za ní jako beran. Čelem.

„Na Bohemce jsem měl to obrovské štěstí, že jsem si mohl hráče pro své záměry vybírat,“ řekl jednou autorovi této vzpomínky. „Byli to kanóni, ale občas by si byli šlapali po štěstí, nevzít na ně bič. Oni byli takový můj Pygmalion. Vsadil jsem na ně všechno. Vabank! Vykládalo se o mně ledacos, ale věř nevěř, já měl ty kluky rád. Jenomže o tom nesměli mít tušení. Jinak by z nich nebyli šampioni...“

A ti hráči dodnes moc dobře vědí, kdo z nich šampiony udělal. ■

DROBNÉ KLEPY

MERUNA POD STROMEČEK

Kdo to pamatuje, ví, jakým nedostatkovým materiálem byla za války kůže. Boty se musely nosit až do roztrhání, protože se daly koupit jen na přísně vyměřené přídělové „body“ – čili na poukaz. Sehnat třeba koženou školní brašnu bylo hotové unikum! Zůstane záhadou, jak to tenkrát Pospíchalovi, žádní boháči, dokázali, ale roku 1944 našel osmiletý Tomáš pod vánočním stromkem opravdový fotbalový míč! Zprvu ho sotva uvalil, ale od těch Vánoc dostal jeho život svůj jasný a nevyhnutelný směr a cíl.

V DEVATENÁCTI PROTI BRAZÍLIÍ

Byl to jeden z nejpodivuhodnějších debutů v historii národního mužstva: ke svému premiérovému mezistátnímu zápasu byl Tomáš Pospíchal povolán z II. ligy ve věku devatenácti let, devíti měsíci a deseti dny – a proti Brazílii, která měla v zadních řadách světová esa Niltona a Djalma Santose nebo Zozima! Trenéři reprezentace Antonín Rýgr a Karel Kolský si té dubnové strahovské neděle roku 1956 dovolili proti fotbalové supervelmoci opravdu hodně: Josef Masopust a Anton Moravčík hráli za národní mužstvo teprve

podruhé, Ivo Urban a Tomáš dokonce poprvé. Vzdor tomu měli naši k vítězství přece jen o maličko blíže. Za bezbrankový výsledek mohli „kanárci“ děkovat třeba i fantastickému tygřímu skoku gólmara Gilmara po Tomášově střele, kterou už viděl celý stadion v síti. S gólem by ten debut byl ještě podivuhodnější!

ŤUKES S MASOPUSTEM

O postup na MS 1962 musel mezi našimi a Skoty rozhodnout třetí vzájemný zápas na neutrální půdě v Bruselu. Výsledek byl dlouho na vážkách; dvakrát jsme vyrovnávali náskok

soupeře, na 2:2 pouhých 10 minut před koncem normální herní doby. V přidaném času White napálil míč do břevna Schrojfovy branky, chvilku poté ale Masopust zase jednou předvedl svůj slavný „slalom“, poslal míč do běhu Pospíchalovi a v 96. minutě jsme toho dne poprvé šli do vedení. Potom ještě Kvašňák pečtil na 4:2. Tomáš tu přihrávkou následujícího roku Masopustovi vrátil v chilském finále světového šampionátu a vedli jsme 1:0! Škoda přeškoda, že na rozdíl od Pospíchalova z Bruselu ten Masopustův gól v Santiagu de Chile nemohl být vítězný... ■



MLÁDEŽ

CIT PRO HRU A ČICH NA GÓLY

V PRAVIDELNÉM DOTAZNÍKU ODPOVÍDÁ FILIP ŠVARC Z ČECHIE UHŘÍNĚVES

TEXT: ŠTĚPÁN ŠIMŮNEK FOTO: ARCHIV FILIPA ŠVARCE

S exspartanem Pavlem Kadeřábkem

Až ještě trochu zesílí a zlepší hru levou nohou, bude z něj hráč, kterého by v mančaftu uvítal každý trenér. Vždyť šestnáctiletý FILIP ŠVARC z Čechie Uhříněves dokáže z postu útočníka či ofenzivního záložníka nejen zakončovat, ale díky výborné fyzice i pomáhat týmu v obraně. Podle jeho trenéra Tomáše Birmy to má Filip v hlavě srovnané a je jen na něm, kam až to ve fotbale dotáhne.

Fotbalové začátky – co ho přivedlo k fotbalu:

Jako malého mě dala mamka na fotbal, protože jsem byl hyperaktivní.

Důležité kroky v kariéře:

Vyzkoušel jsem si ligu za Tempo Praha a zjistil, že bych ji zvládl hrát.

Nejoblíbenější trenér:

Vítězslav Lavička, Tomáš Birma.

Fotbalový vzor:

Od každého výborného hráče, který hraje na vrcholu, můžu něco okoukat, ale můj fotbalový vzor je Ronaldo.

Oblíbený klub:

Sparta.

Neoblíbený klub:

Slavia.

Jaký nejlepší zápas kdy osobně odehrál:

Moc si nepamatuji nejlepší zápas, asi proto, že jich bylo víc. Potěší mě každé, když se mi celý zápas daří přihrávky, dám nějaký ten gól nebo na něj asistuji.

Jaký nejlepší zápas kdy viděl:

Finále Ligy mistrů Real Madrid vs. Borussia Dortmund.

Nejlepší spoluhráč v týmu:

Daniél Ferhens.

Sportovní cíl:

Hrát nejvyšší českou soutěž.

... a kdyby to nevyšlo ve fotbale – čím chce být:

To zatím ještě nevím, ale asi určitě nic v kanceláři.

Dělá i jiný sport než fotbal:

Hraju nezávodně florbal a občas tenis.

Mimosportovní zájmy:

Rád vídám své kamarády, takže s nimi chodím ven. Nebo hraju hry.

Nejlepší relax a odpočinek:

Celý den nic nedělat, pouštět si písničky a odpočívat.

Oblíbené jídlo:

Mám jich hodně.

Oblíbená hudba (skupina, interpret):

Rap: ATMO music, Ben Cristovao.

Oblíbený film:

Góóól, Okresní přebor, Ocelová pěst.

Prospěch ve škole:

Čas na učení mám a zatím prospívám.

Počet přátel na Facebooku:

200.

ROZSTŘEL

SPARTA NEBO SLAVIA — SPARTA

RONALDO NEBO MESSI — RONALDO

ÚTOČIT NEBO BRÁNIT — ÚTOČIT

BLONDÝNY NEBO BRUNETY — BLONDÝNKY

PREMIER LEAGUE NEBO BUNDESLIGA — PREMIER LEAGUE



Filip Švarc

OČIMA TRENÉRA

„Filip je útočník, ale umí hrát i na postu ofenzivního záložníka. Je technicky velmi dobře vybavený, má cit pro hru, čich na góly a je rychlý. Také ho zdobí výborná hra hlavou, dává góly ze standardních situací, z brejků a umí zakončovat i ze střední vzdálenosti. Jeho velkou předností je navíc fakt, že díky své fyzice velice dobře pomáhá týmu v defenzivě. V hlavě to má srovnané, záleží jen na něm, jak se bude dál posouvat v kariéře. Zatím potřebuje ještě zesílit, zlepšit hru svojí slabší levou nohou a využívat každou šanci. Během utkání se dostává do velkého množství příležitostí a je jen otázka času, kdy je bude všechny proměňovat.“

Tomáš Birma, trenér mladšího dorostu FC Čechie Uhřetěves



Je jasné, komu mladík z Uhřetěvesi fandí!

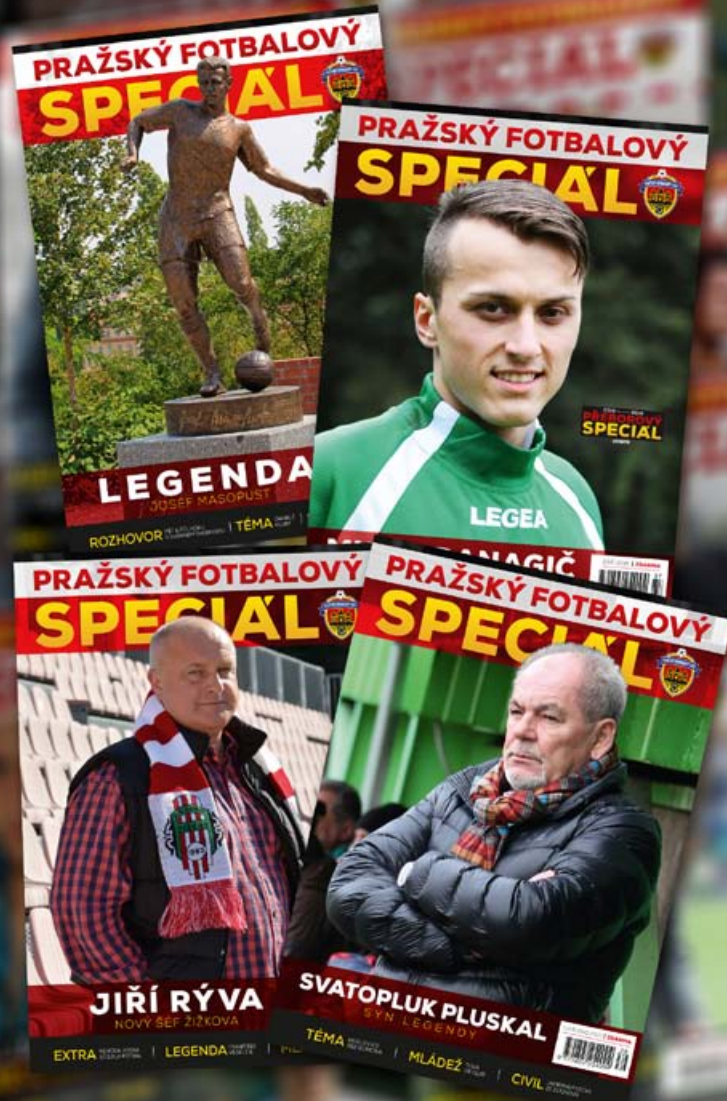


Dá? Nedá?



Příprava je pro každého fotbalistu nutná...

INZERCE



CHCETE SE ZVIDITELNIT?

INZERUJTE VE SPECIÁLU!

- MOŽNOST JAK NA SEBE UPOZORNIT VE FOTBALOVÉM PROSTŘEDÍ
- DISTRIBUCE MEZI PRAŽSKÉ KLUBY A NA DALŠÍ DŮLEŽITÉ ADRESY
- NÁKLAD: 5 500 KS

CENÍK:

- | | | |
|----------------------|-----------|----------------|
| ▪ II. A III. OBÁLKA: | 12 000 Kč | [210 × 297 MM] |
| ▪ IV. OBÁLKA: | 15 000 Kč | [210 × 297 MM] |
| ▪ CELOSTRANA: | 8 000 Kč | [210 × 297 MM] |
| ▪ PŮLSTRANA: | 4 000 Kč | [210 × 150 MM] |
| ▪ PODVAL: | 3 000 Kč | [210 × 70 MM] |



MLÁDEŽ

VŠECHNY PROJEKTY JSOU DŮLEŽITÉ!

ROZHOVOR S MANAŽEREM PFS JANEM GRUBEREM

TEXT: LUKÁŠ VRKOČ FOTO: ARCHIV PFS

Za dobu úřadování Dušana Svobody v čele Pražského fotbalového svazu je JAN GRUBER už třetím manažerem, který se stará o projekty, granty i běžnou agendu. Z jeho slov vyplývá, že se v náročné roli našel a dokáže přijímat výzvy náročného šéfa!

■ **Honzo, do funkce na PFS jsi nastoupil po prvním kvartálu roku 2015, jaký to pro tebe byl zbytek roku?**

Byl to pro mě náročný, ale velmi úspěšný rok. Nastoupit na uvolněné místo na Pražském fotbalovém svazu po Jakubovi Masákovi byla výzva. Kuba svou práci vykonával velmi dobře a svěřit mě. Bylo těžké se této vysoko nastavené látce držet. Celkově to bylo období neustálého získávání nových poznatků a zkušeností, což v menší míře vlastně trvá dodnes.

■ **Tvá pozice má velmi široký záběr, co tě z toho naplňuje nejvíce?**

Asi právě ta různorodost práce. Moje činnost není jenom o sezení v kanceláři, jak by se mohlo na první pohled zdát. Mládežnické projekty probíhají celoročně a více méně na sebe navazují. Dříve, než jeden projekt skončí, už se musí připravovat další, a to nemluví o těch, které probíhají po celý rok. Samozřejmě práce v kanceláři tvoří více než poloviční náplň mé agendy, ale díky výborným kolegům jde vše od ruky a je to většinou i radost. Projekty

a má činnost jsou spojeny se spoluprací s kluby, ta je sice někdy obtížná, ale ve své podstatě zajímavá a motivující. Smysl naší práce a jisté zadosťučnění jsou zejména spokojené děti a jejich radost z pohybu na našich akcích a obecně fotbalu v Praze.

■ **Jak těžké bylo zorientovat se ve všech akcích, které PFS organizuje?**

Některé projekty jsem vnímal již dříve, přesto kvůli jejich široké škále nebylo jednoduché do nich do detailu proniknout. Každý projekt má své specifické dílčí úkoly, kterých není málo a které jsou potřeba, aby každý projekt dostal svých cílů. Naštěstí díky kolegům z PFS a agentuře, se kterou spolupracujeme, bylo mé proniknutí do těchto

činností pozvolné a snad s minimem chyb. Nyní již projektové detaily plně vnímám, stejně jako příležitosti pro jejich další rozvoj.

■ **Který z projektů sis oblíbil a který je pro tebe naopak nejnáročnější?**

Na každém se mi líbí něco jiného. Na Tour de Club je skvělé, že člověk neztrácí kontakt s pražskými kluby a ukázkovým tréninkem získává přehled o moderních metodách trénování. Dětský fotbalový pohár se zaměřuje na oslovení co největšího počtu pražských chlapců a dívek z prvních či druhých tříd ZŠ. Jsem rád, že se i díky tomu daří rozšiřovat členskou základnu pražských fotbalových klubů. Na projektu Mů



Do sídla PFS dochází jako manažer.



Rekapitulace projektů roku 2015



Tour de club ve Zbraslavi. Josef Hušbauer brání dítě.



Kašpárkohrani



Neberte nám naši hru se spokojeným Janem Gruberem



Neberte nám naši hru



Dva nejlepší týmy Dětského fotbalového poháru byly součástí derby mezi Bohemians a Duklou.



Kašpárkohrani

první klub, který zastřešuje veškerou náborovou činnost, se mi líbí, že se snaží proniknout na netradiční místa a oslovit tak nerozhodnuté děti s rodiči. Dále zároveň nabízí možnost prezentace všem pražským klubům, které na to nemají prostředky, ale oplývají snahou pro děti udělat něco víc. A nakonec to je již pátým rokem pokračující projekt Neberte nám naši hru. Za tu dobu se velkou měrou zasloužil o rozšíření povědomí o problematice nevhodného chování rodičů, trenérů a funkcionářů během zápasů nejmenších fotbalistů a fotbalistek. Na základě výše zmíněného nemohu říci, že mám přímo oblíbený projekt. Všechny jsou dů-

ležitě, každý plní jiný účel a myslím si, že děláme maximum pro to, aby byly také úspěšné.

■ Jaké jsou vnější ohlasy na doposud realizované projekty, které jsi ve stručnosti popsal?

Kluby si naši činnost pochvalují, vědí o naší snaze i o tom, že Pražský fotbalový svaz v porovnání s ostatními kraji dělá pro svou členskou základnu maximum a jde tím ostatním příkladem. Žádný jiný kraj nemá tolik projektů jako Praha. Samozřejmě určitým omezením jsou finanční možnosti svazu, přestože velkou měrou se na projektech podílí Magistrát hlavního města Prahy. Proto se snažíme pečlivě vybírat každou akci, která se v rámci projektů uskuteční.

■ Vidíš ještě prostor na další akce nebo alespoň jak ty současné a fungující rozvinout?

Samozřejmě vše se dá posouvat dále, ale jako největší posun projektů vidím ve větším zapojení klubů a především trenérů. Ať se již jedná o Tour de Club, Dětský pohár nebo Můj první klub, všem klubům v pravidelných intervalech nabízíme možnost aktivní účasti na těchto akcích. Dáváme možnost prezentace i těm menším vedle velkých ligových na rodinných akcích, ale zatím je zpětná vazba mizivá. Každý klub má své problémy, ale naším společným cílem by mělo být z kvalitativní práce a zvěřování členské základny v každém z nich. Právě to naše projekty poskytují.

■ Jakou roli hraje v projektech mládeže svazový předseda Dušan Svoboda?

Role pana Svobody u projektů PFS je velmi komplexní a zásadní. Zajišťuje potřebné finanční prostředky, bez čehož bychom o žádném projektu nemohli ani uvažovat. Následně je pak iniciátorem základních myšlenek většiny akcí, stejně tak jako změn posouvajících projekty k lepšímu.

MANAŽEŘI PFS

PETR VESELÝ 2011–2013

JAKUB MASÁK 2013–2015

JAN GRUBER 2015–???



Pátý ročník Dětského fotbalového poháru. Vítězný tým ZŠ ŽERNOSECKÁ na fotce.



Tour de Club Počernice. Slávisťe Miroslav Routek a Tomáš Valenta.



TRÉNINK

PŘEČÍSLENÍ A ZAČÁTKY KOMBINAČNÍ HRY

SERIÁL PROFESIONÁLNÍHO TRÉNÉRA MLÁDEŽE PFS MILANA TITĚRY O PŘÍPRAVĚ
ILUSTRACNÍ FOTO: PAVEL JIŘÍK ST.

Po každé úspěšné klíče nebo průnikové přihrávce dochází k PŘEČÍSLENÍ soupeře. Úspěšnost řešení těchto zdánlivě výhodných situací je v mládežnických kategoriích poměrně malá. Důvody jsou především zbytečná zbrklost anebo naopak zdoluhavé řešení situace hráče s míčem. Další příčinou neúspěšného řešení je špatný pohyb či výběr místa hráčů bez míče.

V kategoriích přípravků je doporučováno podporovat v maximální míře odvahu a schopnost překonávat obránce klíčkou. Tedy individuální řešení. Zároveň však nesmíme zapomenout na to, aby se hráči postupně učili vnímat hru kolem sebe a rozhodovat se, zda budou soupeře obcházet nebo překonávat přihrávkou (kombinací). Vědomé překonávání obrany soupeře kombinací nabývá významu na přelomu starší přípravky a mladších žáků. Samozřejmě dle výkonnosti a taktické vyspělosti hráčů. V momentě, kdy hráče nutíme příliš dlouho řešit ofenzivu jen individuálně, může dojít k několika problémům:

- hráč má řešení dopředu dané a nereaguje na situaci kolem něj
- spoluhráči mu mohou přestat nabíhat a podporovat ho, protože tuší, že nepříhraje
- tým často vstřelí méně branek, jelikož lépe postavený spoluhráč nedostane možnost efektivněji zakončit

V malých formách fotbalu 4+1, 5+1 je charakteristické časté střídání hry v přečíslení nebo podčíslení. Úspěšnost jejich zvládnutí rozhoduje o možnosti vstřelit branku. Výhodou pro pro-

ces učení je, že hráči se v zápase nebo při herním tréninku dostanou do takových situací mnohokrát.

TRÉNINKOVÁ DOPORUČENÍ

- Pro trénink kombinační hry lze využít všechny metodické formy, v největší míře samozřejmě herní cvičení (můžeme určit míru aktivity obránce) a průpravné hry.
- Cvičení doporučuji vybírat tak, aby hráči měli v řešení přečíslení volbu přihrát nebo obejít.
- U mládežnických kategorií volit spíše cestu určité volnosti k získávání zkušeností s účinným řešením. Každá situace je v zásadě jedinečná a proměnlivá, a proto lze jen těžko dát univerzální model řešení, který hráči dokonale zvládnou, a bude vždy fungovat.
- Trénovat v menších skupinách 2na1, 3na1, 3na2, 4na2.
- Vhodné využití „bagovek“ pozicních a průpravných her, herního cvičení se střelbou.
- Po zvládnutí základů můžeme od kategorie žáků začít rozvíjet vědomou kombinační hru s možností výměn, rotací, uvolňování prostoru atd. ■



HERNÍ CVIČENÍ 1

Věková kategorie:

U8–U15

Zaměření cvičení:

Obcházení nebo přihrávka na spoluhráče

Název cvičení:

Přihraj do čtverce

Slovní popis:

Dvojice útočníků má za úkol překonat obránce a cílenou přihrávkou nahrát na svého spoluhráče ve vymezeném území (žlutý čtverec).

Varianty:

Hráč ve vymezeném území se po obdržení přihrávky vymění s přihrávajícím na obvodu a hra plynule pokračuje.

Důležité:

Sledovat a podporovat správný výběr místa a pohyb obou spoluhráčů (v modrém i ve žlutém čtverci).



HERNÍ CVIČENÍ 2

Věková kategorie: U8–U15

Zaměření cvičení: Rychlá reakce na novou situaci (útok vs. obrana)

Název cvičení: Řetězec přečíslení

Slovní popis:

Během jedné série projdou hráči několika situacemi. Hráč, který začíná samostatným únikem na brankáře, se po zakončení obrací a brání žlutou dvojici. Po dalším zakončení se červený hráč opět stává útočníkem a nabízí se pro dva spoluhráče stejné barvy a řeší situaci 3na2. Závěrečné zakončení patří žlutému týmu, jehož hráč rozjíždí situaci 3na3.

Varianty:

Vymezit prostor, kudy mohou hráči projít.

Důležité:

Střídat hráče na postech. První hráč hraje čtyři akce, poslední jen jednu. Dbát na rychlou reakci při přepnutí na další akci. Můžeme využít cvičení jako soutěž mezi týmy.



PRŮPRAVNÁ HRA 1

Věková kategorie:

U8–U15

Zaměření cvičení:

Řešení přečíslení 2na1 i obranného 1na2

Název cvičení:

1na1 s přechodem 2na1

Slovní popis:

Žlutý hráč se po převzetí míče snaží obejít soupeře a přejít přihrávkou nebo vedením míče na útočnou polovinu, kde zakončuje akci 2na1.

Varianty:

Povinnost alespoň jedné přihrávky na každé polovině.

Důležité:

Oba hráči musejí neustále sledovat možnosti pro obcházení nebo kombinaci. Snaha žlutého spoluhráče o co nejlepší nabídku v momentě úspěšné klíčky.



HERNÍ CVIČENÍ 3

Věková kategorie: U8–U15

Zaměření cvičení: Řešení situací 3na2

Název cvičení: 3na2 s výměnou rolí

Slovní popis:

Akci rozehrává červená trojice, která se snaží dát gól do jedné ze tří minibrank. Pokud se jim to povede, získávají bod a mohou rozehrát další útok. Dva červení obránce se snaží míč odebrat a přihrát do zóny na svého spoluhráče. V ten moment se mění role a útočí tři červení proti dvěma modrým, kteří se stávají obránci (jeden z modrých se přesune do koncové zóny a čeká opět na získání míče od svého týmu).

Varianty:

Hráči musejí zakončit v omezeném čase, nemohou například klíčkovat nebo přihrávat dozadu.

Důležité:

Variabilita útoků 3na2, využívání prostoty, změna těžiště hry, rychlé přepínání z útoku do obrany a obráceně.





HISTORIE

NA SNĚHU I NA BLÁTĚ

KAPITOLY Z DĚJIN PRAŽSKÉHO FOTBALOVÉHO SVAZU:
OD ZLATÝCH POHÁŘŮ K ZIMNÍ LIZE NA SMÍCHOVĚ

TEXT: MILOSLAV JENŠÍK FOTO: ARCHIV AUTORA

V rozhodujícím utkání Zlatého poháru 1941–42 podlehla Bohemka týmu SK Nusle 3:6. Tady se její útočník Jan Řehák prodírá nejen obranou soupeře, ale i terénem, do kterého by se hodil sněžný pluh.

SK Smíchov míval hezké hřiště na Císařské louce; na jaře 1948 si tam poprvé zakopal v dresu i autor tohoto seriálu. V říjnu 1957 se však klub, to už se jmenoval Spartak Smíchov Tatra, přestěhoval do nového a ještě pěknějšího domova na protější břeh „háfnu“, někdejšího vorového přístavu na západní předmostí Železničního mostu.

U křtin nového stánku byla tehdy i ligová Slavia a kvůli ní pět tisícovek diváků. Černobíle pruhovaný tým hrál v městském přeboru, ale právě v onom ročníku žil nadějí na vstoup do vyšší soutěže. V posledním kole se jí Tatra pokusila jít naproti snahou ovlivnit výsledek. Prasklo to a místo postupu do divize přišel trest v podobě propadu o dvě soutěžní poschodí.

Byly to těžké chvíle. Ale právě v nehlubší krizi přišel nový trenér Václav Blažejovský s nápadem na zimní ligu. „Máme solidní váł, ale ne s trávníkem jako ti ligoví,“ řekl ve výboru. „U nás by mohli mít o dobrý zimní program postaráno. A my s nimi, protože bychom jako hostitelé pokaždé doplnili počet účastníků. Vzpomeňte si, kolik bývalo v Praze zimních turnajů! Na Letné, na Bohemce, na nuselské Bělce, v Libni, v Karlíně... Co tu tradici obnovit?“

KAŽDÝ ZAČÁTEK JE TĚŽKÝ

V premiérovém ročníku hrálo půl tuctu mužstev, leč ani jedno z první ligy. Zato byli v hledišti vidáni zvě-

dové z Julisky i z Vršovic. A v sezoně 1959–60 ze sedmi účastníků neměli punc prvotřídnosti (kromě Tatry) už jen Ústečtí, kteří pár měsíců předtím skončili v prvoligovém propadlišti. Kupodivu právě oni skončili první před Duklou, Bohemkou, Hradcem, Kladnem, Slavií a domácími.

Která dlouholetá soutěž nemá ve své historii i nedohrané utkání? Smíchovské zimní lize se ten malér přihodil v pátém ročníku (1962–63). V utkání Dynamo – ČKD (čti Slavia – Bohemians) za stavu 1:1 byl sudí Zelenka napaden rozvášněným divákem a odmítl zápas dát řídit. Ústřední sekce kopané ČSTV, tehdy nejvyšší fotbalový orgán, to vzala jako selhání pořadatelské služby a zakázala v turnaji pokračovat.

Té zimy poprvé ochutnala soutěž na Tatře i Sparta, poslední z tehdejší (i současné) pražské velké čtyřky, která si ji do té doby nezahrála. Ve chvíli zrušení turnaje byla v čele pořadí a plným počtem bodů ze čtyř zápasů, ale to ještě mnoho neznamenalo, protože Hradec za ní zaostával jen o bod a Dukla o dva, i když odehrála o zápas méně. Rudí

si museli na prvenství v turnaji počkat ještě dlouhých jedenáct let. To už byla Dukla šestinásobným zimním „mistrem“.

TAK AHOJ V NEDĚLI NA TATŘE!

Tak se v těch letech v zimě loučivali mnozí pražští fanoušci. Popularita turnaje rok od roku rostla. Diváci se naučili se na to pořádně obléct a obout, případně vzít do kapsy něco na zahřátí. Také hráči už neběhali po smíchovské škváře (nebo po kluzkých zmrazcích) s holými koleny a v kopačkách s letním mrazem jako vždy bez čepice a šály šokoval svou otužilostí Alexa Bokšay, který roku 1938 na místě zraněného Františka Pláničky (i ten na Tatra chodíval) vychytil Slavii Středoevropský pohár. A pravidelnými účastníky těch táček byli bardi fotbalové žurnalistiky v čele s re-

spektovaným Františkem Steinerem z Lidové demokracie.

Nenápadně se přisunout na doslech takové skupinky a být tak alespoň mlčky účasten jejímu rozhovoru, to byl pro spoustu vděčných fandů hotový dar z nebes!

Když byl na pořadu dne atraktivní souboj dvou týmů z pražské ligové čtveřice, návštěvy očividně houstly. V prosinci 1962 sledovalo derby „S“ na Tatře 8 000 diváků. Jak se do hlediště vtěsnali? Nějak. Ale byli tam.

V zimě 1979–80 měl turnaj dokonce zahraničního účastníka – Dynamo Drážďany. Ale všechno hezké jednou končí. A tak ve „stoletém“ almanachu smíchovského klubu, který žel už neexistuje, lze číst i tuto větu, nekrolog zimní ligy: „Dlouhý by byl seznam reprezentantů, kteří okusili, jak chutnala smíchovská škvára, trenérů na lavičkách i v ochozech, nebo známých sportovců a umělců v řadách diváků.“ Svatá pravda!

A co ještě dodat? Snad jen tohle: zimní ligu nás pamatuje tolik (a nejen v Praze, někdy se dala vidět i na televizních obrazovkách), že by bylo nošením dříví do lesa ilustrovat tuto dvoustranu více než jedním snímkem z jejích bojů. Raději jsme sáhli hlouběji do archivu pro obrázky z jejích předchůdců. Už pro ten půvabný dobový kolorit... ➔



Stará garda Sparty z let průkopnických ročníků zimní ligy: zleva stojí Zuzánek, Roček, BLAŽEJOVSKÝ, Hejský, E. Svoboda, Cejp, Nejedlý a Ludl, v podřepu Menclík, Senecský, Bílek, Pazdera, Jareš a Zmatlík.

Kdo z pamětníků pozná ty dva hráče, uhadne i rok zimního turnaje. Bylo to v předjaří 1942, kdy Sparta pro záchranné práce v lize posílil plýččený slávista Vojtěch Bradáč (vlevo). Ten druhý je Jiří Zmatlík.



Ve smíchovské zimní lize 1984–85 porazili Klokani Spartu 3:1. Na snímku střelil útočník zelenobílých Tibor Mičinec; František Straka už mu v tom nemohl zabránit.



Když nebyl sníh, hrávaly se pražské zimní turnaje na blátě. Na výmluvném snímku ze zimy 1943–44 v Ďolíčku přebírá vítěznou trofej kapitán plzeňské Viktorie Vladimír Bina.

DOBOVÉ STRÍPKY

JO, ČERNOBÍLÍ, TI SE MI LÍBÍ...

Klub, který poskytl své hřiště pražské zimní lize, se zrodil pár dnů po Novém roce 1900 nejprve jako Studentský sportovní kroužek Čechie (pozor, neplést s pozdější zelenobílou smíchovskou Čechií, která bývala doma u východu z Kinského zahrady směrem ke strahovským stadionům), ale už v březnu byl přejmenován na Sportovní kroužek studentů Smíchov. Když se však budeme držet litery zákona, plnokrevný Sportovní klub Smíchov přišel na svět až koncem roku 1903. Teprve tehdy byly na c. k. místodržitelství řádně zadány a jím schváleny jeho stanovy. Staré mocnářství si potrpělo na pořádek. O obrovskou senzaci se SKS postaral 21. března 1909: toho dne zvítězil 3:1 nad Slavii, už dlouhá léta

suverénní vládkyní české fotbalové scény. Dvanáct let se žádnému našemu týmu nepodařilo ji porazit, až si pozvala na své letenské hřiště černobílou studentskou partu ze Smíchova...

UNIVERZÁL K POHLEDÁNÍ

Duchovní otec zimní ligy Václav Blažejovský nebyl jen tak ledajaký fotbalista. Znamenitou školou prošel v dorostu někdejšího SKEPu, kde tvořil báječné vnitřní trio útoku s pozdějšími reprezentanty Jaroslavem Vejvodou a Jiřím Zmatlíkem. V ročníku 1943–44 debutoval v lize v Polabanu Nymburk. Roku 1948 po něm sáhla Sparta. V rudém dresu se v letech 1952 a 1954 stal mistrem ligy. Jen roku 1953 si odskočil, ale ne z vlastní vůle, do narychlo poskládaného a rovnou do nejvyšší soutěže

zařazeného Slavojce Liberec, který měl v lize, sestavené podle struktury odborů, zastupovat potravinářský průmysl a místní hospodářství. Jako zaměstnanec v potravinářství dostal přestup rozkazem... Dnes to zní jako pokus o hodně hloupý vtip, ale pamětníci potvrdí, že tak to tenkrát opravdu bylo... Blažejovský měl typický sportovní osud všestranně použitelného univerzálního borce. Na Letné jaksí nikdy nebyl brán jako hráč základní jedenáctky, zato však nastupoval častěji než řada jejích členů. Mohli ho postavit na kterýkoli post v obraně, záloze i útoku, vyplnit jím jakoukoli náhlou mezeru. Všude si věděl rady. Měl výtečnou míčovou techniku, ale nehrál na efekt, všechno jeho počínání na trávníku směřovalo k co nejjednoduššímu řešení. A zimní liga se stala dokladem toho, že jeho

fotbalovému myšlení nestačil rámec jednoho utkání ani jediné sezony.

ROZSTŘEL O DVAADVACETI PENALTÁCH

Ve 21. ročníku vyhrála Dukla, i když s malou pomocí z Brna. Deset jejích hráčů bylo tehdy náhle povoláno k zimnímu reprezentačnímu zájezdu. A tak trenér Jaroslav Vejvoda, aby nenarušil hladký chod turnaje, brkl svému někdejšímu svěřenci Josefu Masopustovi, který právě trénoval Zbrojovku, a v zápase proti Kolínu nastoupilo společenství z Julisky a stadionu za Lužánkami. O třetí místo měl mezi Spartou a Bohemkou rozhodnout až penaltový rozstřel. Už se vystřídali všichni hráči z pole, ale stále to bylo nerozhodně. Až když došlo na gólmány, vršovický Vladimír Borovička překonal spartánského Miroslava Koubka... A ten pak přestřelil branku!



KLUB

CHCEME MÍT JEDNOTNOU TVÁŘ

NOVÉ VEDENÍ BRANÍKA KLADĚ DŮRAZ NA SYSTEMATICKOU PRÁCI S DĚTI UŽ OD NEJÚTLEJŠÍHO VĚKU

TEXT: ŠTĚPÁN ŠIMÚNEK FOTO: PAVEL JIŘÍK ST.

ALPRAHA.CZ

Táhnout za jeden provaz. Ano, je to klišé, nicméně přesně vystihuje filozofii, kterou se snaží držet v Braníku. Pro nové vedení je totiž prioritou, aby klub vystupoval jednotně. Hráči napříč všemi věkovými kategoriemi by měli mít stejné herní návyky, trenéři jednotlivých týmů by se měli znát, spolupracovat a navzájem se učit... Zkrátka jde o to, aby ABC BRANÍK působil od žáčků až po chlapy jako jednotlivý, kompaktní celek a herní styl jeho fotbalistů byl jasně rozpoznatelný. A zejména na práci s mládeží je vidět, že se to zatím daří.

Braník začal přesně před dvěma lety druhou stovku své existence. V prvních letech nezačínal klub hned s fotbalem, který jej později proslavil, měl jen oddíly bendy hokeje, lehkou a těžkou atletiku, plavectví a šachy, přičemž největší úspěchy sbírali hokejisté a plavci. Fotbal se pod hlavičkou ABC Braník začal hrát „až“ v roce 1920.

Největší úspěch v historii klubu představovala účast v divizi, kterou si Braník zahrál dvakrát (1940 až 1944 a 1971 až 1979). Daří se však i teď, včdyt v minulém sezoně prolétlo „áčko“

I. A třídou, v přeboru se drží v klidném středu tabulky a ABC navíc loni ovládl i Teskahor pohár Pražského fotbalového svazu. Tento triumf klubu pomohl zviditelnit se a v Braníku si ho velmi váží.

STEJNÉ DRESY I HERNÍ NÁVYKY

Tyto úspěchy (ač si je samo nepřipisuje) přišly už pod novým vedením. „Nebyla tu žádná revoluce, pánové Maděra s Volfem odešli na vlastní žádost. My jsme se půl roku zapracovávali a loni v únoru jsme byli na valné

hromadě oficiálně jmenování,“ prozrazuje současný předseda Petr Silovský, jenž má k ruce mj. sekretáře Davida Hejduka.

Noví šéfové si vytyčili nové cíle. Tím hlavním je práce s mládeží – včdyt do místní fotbalové školičky přicházejí děti už ve věku tří let. „U nich je to hlavně o všestranné pohybové přípravě, je to pro ně spíš seznámení se sportem. V dalších letech už je to víc fotbalové,“ vysvětluje předseda.

Dalším úkolem (dnes už téměř splněným) bylo zlepšení webu a hlavně sjednocení všech týmů v rámci celého oddílu. „Naším úplně prvním krokem byla unifikace dresů, aby od přípravy až po chlapy měli všichni hráči stejné,“ objasňuje Petr Silovský a dodává, že nejde jen o vizuální stránku. „Chtěli bychom to mít systematické a koncepční i co do herní části, aby herní návyky byly jednotné ve všech věkových kategoriích.“

Toto propojení týmů do jednotného, fungujícího celku s jasnou tváří pochopitelně vyžaduje komunikaci v rámci jednotlivých týmů. „Jde o to, aby se jejich trenéři znali, aby spolu mluvili, debatovali, respektovali se a navzájem se učili. Nechceme tu nikoho, kdo pojede sám na sebe. Fráze o táhnutí za jeden provaz je sice otřepaná, ale určitě by se použít dala,“ líčí s úsměvem předseda. „S touto filozofií souvisí i zapracovávání našich hráčů do áčka. Ideální scénář pro nás je, když kluk nastoupí do přípravy, projde celým systémem a dotáhne to až do áčka,“ dodává David Hejduk.

Důraz na práci s mládeží se v Braníku už projevuje, klub byl od Pražského fotbalového svazu oceněn přidělením statutu Krajského střediska mládeže. „V praxi to pro nás znamená zejména prestiž, nějaké peníze a hlavně jakási uznání, že to snad děláme dobře a má



Tak tady je ABC Braník doma!



Legendární časomíra

V KABINÁCH SE PŘEVLEKAL JEŠTĚ MAŠEK

Nejen mládež, ale i areál je jednou z výkladních skříní Braníka. Vždyť v prostorách Za Mlýnem najdete hned tři hřiště, dvě travnatá a jedno s umělým povrchem. Fotbalisté, zejména ti nejmenší, pak mají v zimě k dispozici sokolovnu, je tu i hospůdka. Jedinou, byť podstatnou kaňkou, tak zůstávají kabiny. Budova, v níž se nacházejí, totiž pamatuje ještě zdejší legendu Václava Maška, jenž se v ní převlékal už na konci 70. let...

Velkou výhodou Braníka je, že prostory, na nichž areál leží, patří klubu. „Vše je naše, respektive Tělovýchovné jednoty. Když se nic zásadního nestane, tak v tomto ohledu máme klid,“ upozorňuje sekretář David Hejduk na skutečnost, že vedení se bez obav může pouštět do dílčích oprav i rozsáhlejších rekonstrukcí, aniž by klub po jejich dokončení byl „vyhnán“ a vynaložené peníze by přišly vniveč. Největší pýchou areálu je od roku 2009 „umělka“, která má rozměry klasického hřiště (dokonce je ještě o fous větší) a disponuje i umělým osvětlením. „Je to náš klenot. Jednu dobu se řešilo, že by se tu odehrála zimní Tipsport liga, ale nakonec to padlo,“ vybavuje si předseda Petr Silovský.

„Před pár lety jsme měli problém, když v zimě prasklo potrubí a umělka byla zatopená, leželo na ní nějakých třicet centimetrů vody. Musela se nadzdvihnout celá plocha a udělat sanitace, takže pak bylo hřiště v podstatě jako nové,“ usmívá se sekretář. Hřišť je Za Mlýnem dost a i přes velké vytížení jsou v dobrém stavu. To se však nedá říct o kabinách. „Momentálně na jejich rekonstrukci nebo spíš kompletní novou výstavbu nemáme peníze. Ale v horizontu několika málo let nové kabiny prostě postavit musíme. Za každou cenu,“ ujišťuje sekretář. „Představu, jak by budova měla vypadat, máme. Ale zatím je jen na papíře. Nyní tak v areálu probíhají jen dílčí zásahy. Třeba jsme natřeli hrazení kolem hřiště namodro, budeme dělat nové lavičky, prostě drobnosti.“



STADION TJ ABC BRANÍK

Název: Areál Za Mlýnem

Adresa: Za Mlýnem 1774/12, Praha 4 – Braník, 147 00

Dopravní spojení: dvě minuty pěšky od autobusové zastávky Vrbova (linky 196 a 197), tři minuty pěšky od zastávky Vlnitá (linka 170)

Počet hřišť v areálu: dvě travnatá, jedno s umělým povrchem

prozrazuje předseda. „A také jednáme o tom, že by si Oldřich Pařízek, který tu vede brankářskou školu, postavil v nevyužitém rohu areálu gólmanskou arénu,“ popisuje David Hejduk.

„Zkrášlování areálu je běh na dlouhou trať a jde to pomalu. Určitě to tu zvelebíme, chceme to mít reprezentativní, jen to asi bude trochu trvat,“ shodují se šéfové. ■

to tady vzestupnou tendenci,“ popisuje David Hejduk.

ZNÁMÉ TVÁŘE A SPOLUPRÁCE SE SLAVÍ

V Braníku už zhruba pátým rokem funguje i ženský tým, který sem přišel z rozpadlého Rapidu Malešice. „A teď máme založenou už i dívčí přípravku, kterou od září přihlásíme do soutěže. Zatím nám chybějí žákyně, které buď dorostou, nebo by se ideálně mohly rekrutovat z našeho červenového školního tumaje, který bude pro dívky z prvního a druhého stupně,“ sumíruje Petr Silovský. Zajímavostí je i fakt, že ABC je na úrovni přípravy farmou Slavie. „Je to přínosné mimo jiné v tom, že nemáme problém naše talentované kluky posunout do Slavie, na což samozřejmě oni i jejich rodiče slyší. Navíc to máme opěně o čísla. Nejméně patnáct kluků, kteří začínali u nás, dnes působí v různých mládežnických výběrech Slavie,“ upozorňuje David

Hejduk. „Navíc tu máme brankářskou školu Oldřicha Pařízka, trenéra gólmanů Slavie, jenž je další osobností, která oba kluby propojuje.“

Braník je co do počtu týmů kolos a těžko by fungoval bez nejrůznějších grantů, ať už prostřednictvím PFS či od magistrátu. A v tomto ohledu jde spolupráce skvěle. „Můžeme jen chválit, je to naprosto bez problémů. Možná je to i tím, že děláme hodně akcí pro děti,“ přemítá sekretář.

ABC se snaží svou práci prezentovat veřejnosti na nejrůznějších akcích, kterých v Braníku pořádají pozeňnaně. „Máme dětský den, slavíme čarodějnice, pořádáme letní kempy a teď i zimní kemp,“ vypočítává Petr Silovský. „A z těch externích akcí se účastníme festivalu Sportáček a akce Braník sobě,“ doplňuje David Hejduk. „Hodně oblíbené jsou na našich kempech třeba autogramiády, kterých se účastní známí hráči. Krejčí, Berkovec, Kadeřábek, Brabec...“

TJ ABC BRANÍK

Rok založení: 1914

Vývoj názvu klubu: ABC Braník, TJ ABC Braník

Úspěchy: dvakrát účast v divizi

Současnost: pražský přebor

Počet týmů: dva mužské („A“ – pražský přebor, „B“ – I. B třída, skupina B), starší dorost „A“ (U-19 a U-18) a „B“ (U-17 a U-16), starší žáci „A“, „B“ a „C“, starší příprava „A“, „B“ a „C“, mladší příprava „A“, „B“ a „C“, předpříprava, školnička, ženy, dívčí příprava

Fotbalové osobnosti a Braník, to je fungující spojení. Vždyť do velkého fotbalu jich odsud vyrazilo několik. Tou největší je Václav Mašek, sparťanská legenda, nedílná součást stříbrného týmu z mistrovství světa v Chile 1962 a člen Klubu ligových kanonýrů. Odchovanec ABC se do Braníka po odchodu ze Sparty v roce 1974 vrátil, uzavřel zde hráčskou kariéru a začal trenérskou.

„Z těch mladších tu začínal David Pavelka, který je vždycky ochoten na letní kemp přijet, dětem se podepsat a popovídat si s nimi. I když teď po přestupu do Turecka už to asi nepůjde,“ směje se předseda. „Na dva roky se tu mihnul i Ondřej Petrák, hrál tu třeba i Ondřej Karafiát a holčičky nám trénuje současná reprezentantka a sestra Tomáše Necida Simona,“ připomíná David Hejduk další známé tváře spojené s Braníkem. ■



Skromná síň slávy v šatně áčka



Restaurace neboli klubovna chybět nesmí!



Trenér Roman Trunečka

CIVIL

FOTBALU BYCH SE KVŮLI PRÁCI NEVZDAL

ŠÉFTRENÉR MLÁDEŽE SPARTAKU HRDLOŘEZY VLADIMÍR LIŠKA JE STROJVEDOUCÍM METRA A NÁRUŽIVÝM FANDOU BOHEMIANS

TEXT: ŠTĚPÁN ŠIMŮNEK FOTO: PAVEL JIŘÍK ST.

Skoro jako by vypadl z knihy Bohumila Hrabala – jakmile se rozmluví, vodopád jeho slov těžko zastavíte. A vlastně ani nechcete. Vyprávění o tom, jak a kdovíproč hrál házenou za Slavii, jak se díky fandění Bohemians stal rozhlasovým reportérem nebo jak ho coby šoféra tramvaje zpražila vulgární důchodkyně, se totiž skvěle poslouchá. Takový je VLADIMÍR LIŠKA, šéftrenér mládeže Spartaku Hrdlořezy, náruživý „Bohemák“ a v neposlední řadě strojvedoucí metra.

Věčně dobře naložený chlapík je od mala Bohemák, lásku ke „klokánům“ podědil po tátovi. Není proto divu, že jeho první kroky začínajícího fotbalisty vedly do Ďolíčku. „V nějakých pěti šesti letech jsem tam šel na nábor, ale asi po týdně mě vyhodili,“ loví v paměti Vláďa, který následně zhruba tři roky kopal za Loko Vltavín, kam dojížděl až z Vršovic. Pak si ale od fotbalu dal nucenou pauzu. „Ve třetí třídě jsem přecházel na jazykovku a rodičům se zdálo, že bych to dojíždění na fotbal nevládl spojit se školou, takže mě z fotbalu stáhli. Živě si pamatuju, jak jsem byl tenkrát nas*anej,“

směje se čerstvý čtyřicátník (oslava jeho kulatin proběhly, jak jinak, v hrdlořežské klubové hospůdce Na Břežance).

BÝVAL JSEM RYCHLÝ KANONÝR

Vláďa Liška si pak odskočil k jiným sportům. „Fotbalu jsem se asi tři roky věnoval jen nárazově, ale nebyl jsem nikde registrovaný,“ vysvětluje. „Potom jsem hrál házenou za Slavii... Nechápu, jak jsem mohl hrát za Slavii... A ještě navíc házenou,“ chechtá se. „Pak jsem celkem dlouho hrál basket za Teslu Žižkov, asi do mých osmnácti. Hráli jsme

tenkrát dokonce dorosteneckou ligu,“ chlubí se.

V osmnácti pak sekl i s basketem a věnoval se jen Hanspaulské lize, dlouhá léta kopal za tým No Madam, který spolupuzkládal. A dařilo se mu! „Vždycky jsem dával strašně moc gólů, nebyl jsem tak tlustý jako teď. Ze sportů, co jsem dělal, jsem byl namakaný a ještě navíc rychlý. Nemohli mě zbavit míče, vždycky jsem se otočil a narval to do brány.“

Hanspaulka pro Vláďu skončila v roce 2009, když se před ním otevřela nová životní kapitola. „Na jednom on-line fotbalovém manažeru jsem se seznámil s Mirkem Šimáčkem, který tenkrát ve Spartaku trénoval chlapy a děti a pozval mě, ať s mým synem (Vláďa ml. – pozn. red.), kterému tehdy bylo pět, přijdeme na trénink,“ popisuje své seznámení s Hrdlořezy.

Na trénink dorazil, čímž jeho synátor značně rozšířil řady tehdejších nej-

mladších fotbalistů Spartaku. „Byli tam čtyři kluci, takže s Vláďou jich bylo na jednu pět,“ směje se. „Jezdil jsem tam s ním celý podzim, načež mi Mirek řekl, že na trénování kluků nebude mít přes zimu kvůli povinnostem v áčku čas. Nabídl jsem mu, že to vezmu,“ vzpomíná na okamžik, kdy se z něj stal trenér.

NEUMÍ BĚHAT? NEVADÍ!

Vladimír Liška je mužem, který jde do všeho naplno. A tak vzal vážně i svou novou roli. „Natahal jsem tam děti snad všech kamarádů, co jsem znal,“ líčí, jak stál u znovuzrození mládeže Hrdlořez. „Ono to spíš než znovuzrození bylo úplné zrození, protože tam mládež nikdy pořádně nebyla,“ upřesňuje.

Během šesti let odvedl Vláďa (a pochopitelně i jeho kolegové, za všechny lze jmenovat např. Jiřího Musilu, spoluzakladatele No Madam, jehož Vláďa přivedl do Hrdlořez už v zimě 2009) ➔



VLADIMÍR LIŠKA

Věk: 40

Klub: TJ Spartak Hrdlořezy

Post: šéftrenér mládeže, trenér st. žáků



Sympaták na první pohled



Správný fanoušek má klubovou šálu a Vladimír není výjimkou.

nekutečný kus práce. Vždyť k dnešnímu dni mají mládežnické výběry Spartaku, tedy předpřípravka, mladší a starší přípravka a mladší a starší žáci, přes 90 dětí! S tím, jak přibývaly, se pochopitelně navalovala i práce. „Museli jsme mocně rozšířit trenérský tým, protože jsme to hrozně dlouho táhli ve třech. Dnes už máme v každé kategorii dva trenéry. Mimochodem, všechno jsou to tatínkové našich kluků, což je možná taková naše specialita,“ těší ho a vypichuje další bod své trenérské filozofie. „Bereme všechny kluky, kteří přijdou. Možná si tím trochu šlapeme po štěstí, ale přijde mi hrozně líto vyhazovat kluka, který sice neumí ani běhat, ale miluje fotbal,“ podotýká Vláďa, jemuž s koučováním dětí svého času pomáhala i jeho dcera Pěta. Tým hrdlořezských trenérů v čele s Vláďou, jenž vlastní trenérskou B licenci UEFA a jako kouč se snaží neustále vzdělávat, klade důraz rovněž na dobrou partu a výchovu dětí jako takovou. „To je základ. Já taky nevzpomínám na to, jestli jsme v basketu porazili Pardubice o dvacet bodů, ale na tu skvělou partu. Vždyť kolik těch kluků se bude fotbalem živit? Jestli jeden, tak je to moc. My hlavně chceme, aby z nich vyrostli slušní lidé. A když budou i dobří fotbalisté, jedině dobře, což je koneckonců i filozofie Spartaku v čele s naším předsedou Martinem Strakou. Nehonit výsledky, fotbalem se bavit a mít dobrou partu.“

Z TRAMVAJE POD ZEM

Jak už bylo zmíněno, Vladimír Liška je velkým příznivcem vršovických Bohemians. „Býval jsem opravdu fanatický Bohemák. Jako fanoušek jsem tam byl skoro furt, jezdil jsem i na výjezdy. A když Bohemka v roce 2005 spadla do třetí ligy, stal se ze mě i komentátor,“ překvapuje. „Tenkrát se dělal nějaký konkurz na reportéra Rádia Bohemka, a vzhledem k tomu, že tam skoro nikdo nebyl, tak jsem prošel.“

Vláďa tak tehdy začal s „klokany“ objíždět zápasy a živě je komentoval. „Občas to byla fakt sranda. Třeba když jsme hráli v Brně s Bystrčí. Dali jsme gól a já začal řvát. Najednou koukám, že na mě půlka tribuny kouká, jako kdyby mě ty lidi chtěli zabít. A já tam navíc byl v dresu. Říkal jsem si: Že jsi radši nedržel hubu,“ chce tá se. Komentováním zápasů Bohemians se Vláďa samozřejmě neúžil. Jeho chlebodárcem jsou už od roku 1996 pražské Dopravní podniky. „Po vojně jsem neměl praxi, takže jsem se nikde nemohl chytit. Vyšlo to až u Dopravního podniku, kde hledali řidiče tramvají. Tak jsem to na chvíli zkusil. No, na chvíli... Nakonec z toho bylo třináct let,“ pousmívá se.

V tramvaji si Vláďa zažil své. „Občas mi přišlo, že někteří lidi do ní lezou s tím, že se chtějí jen pohádat. Narazil jsem na lidi, na které jsem se třeba jen podíval a oni řekli: Co čumíš, ty debil.“

Naštěstí jsem nekonfliktní člověk a trvá strašně dlouho, než mě něco naštvě. Takovým lidem jsem se jenom smál.“ Někdy však došlo i na úsměvné historky. „Jednou jsem řídil řekněme sedmičku a vidím babičku, jak se sourá o holi, plně ruce tašek, a chce ji stihnout. Řekl jsem si, že na ni počkám. Čekal jsem tři čtvrtě minuty, možná minutu. Babička došla k prvním dveřím, vypadala na první schod a říká: Co jste za číslo? Řekl jsem, že sedmička. A ona na to: No to jděte do prdele, já potřebuju šestku. A zase se vyšourala ven.“ Od tramvají se Vláďa přesunul pod zem. „Na to, abych se stal strojevodcím metra, jsem musel absolvovat půlroční kurz, který pro mě byl snad horší než maturita. Hlavně proto, že jsem se musel naučit celou soupravu pomalu do posledního šroubku. Což ale má svoje opodstatnění. Když pak člověk zůstane s lidmi uvězněný v tunelu, tak aspoň ví, co dělat,“ upozorňuje.

SVĚTLO A TMA, SVĚTLO A TMA

Hodně lidí by si na řízení metra netroufalo už jen proto, že by neustále koukali do temného tunelu. A pak do rozzářené stanice. A do tunelu. A do stanice... „Světlo a tma, světlo a tma, to člověka hrozně vysává. Není to únavné fyzicky, ale psychicky, člověka to občas úplně vyždímá. Kolikrát přijdu domů a půl hodiny sedím a jen tak se vzpama-

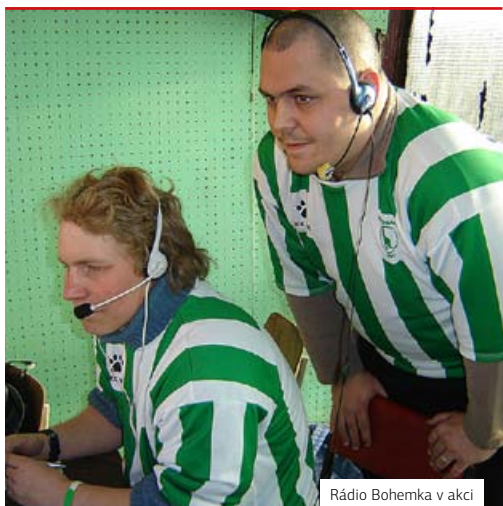
toávám,“ přikyvuje Vláďa. „Ale člověk si zvykne a pak už mu to ani nepřijde. Ta práce je dobrá a baví mě.“

V zaměstnání je spokojený, ale spojit ho s fotbalem a trénováním je pro něj občas dost náročné. „Do konce prosince jsem to měl tak, že jsem věděl směny jen čtyři dny dopředu. Naštěstí služby rozepisoval kluk, který taky trénoval fotbal, takže měl pochopení a vycházel mi vstříc. Teď dělám takový experiment, že vím služby na celý rok dopředu. To je na jednu stranu dobré, na druhou mám ale smutnou jistotu, že čtyři z dvanácti tréninků nestihnou,“ krčí rameny.

Kdyby se kvůli profesnímu vytížení musel rozhodovat mezi metrem a Spartakem, byla by to pro něj jasná volba. „V jednu chvíli, když to vypadalo, že už nepůjde skloubit fotbal s prací, tak jsem byl rozhodnutý, že se kvůli Hrdlořezům na práci vykašlu. Sice nevím, jak bych uživil rodinu, možná bych musel prodat nějaký orgán, ale fotbal je pro mě tak důležitý, že bych se ho kvůli práci nevzdal,“ tvrdí Vláďa, jemuž je velkou oporou jeho žena Gábina. „Kdyby byla jiná, tak už jsem asi sám. Bez ní bych tohle všechno nemohl dělat,“ vzkazuje. ■

INZERCE

FSG  **SVOBODA ŠTEINFELD**



Rádio Bohemka v akci



Jeho zaměstnavatelem je dopravní podnik.



A JETAM!

MLADIČKÁ FOTBALISTKA DUKLY PRAHA DIVOCE SLAVÍ DÍLČÍ ÚSPĚCH NA DÍVČÍM TURNAJI.

AUTOR: PAVEL JIŘÍK ML. FOCENO: NA HALOVÉM TURNAJI DÍVČÍCH MLADŠÍCH PŘÍPRAVEK VE ZBRASLAVI



**ATRAKTIVNÍ
WEB PFS**

Aktuální zpravodajství z fotbalu v hlavním městě a kompletní archiv Speciálu najdete na internetových stránkách

WWW.FOTBALPRAHA.CZ



ALEXANDRIA

cestovní kancelář



slevy a superslevy
za včasný nákup
děti zcela ZDARMA

nejen v

klubových hotelech

s českými animačními programy
pro děti i dospělé zdarma

www.alexandria.cz



Koho nehřeje fotbal,
toho zahřejeme my

 **Pražská teplotárenská**

Bezpečné teplo vašeho domova

Pražská teplotárenská a.s. • Partyzánská 1/7 • Praha 7 • www.ptas.cz