



2. 1. 2018

COACH. Měsíčník.
Ročník 3., číslo 1,
vychází 2. 1. 2018.

Samostatně neprodejné, vychází
jako příloha deníku SPORT.

Adresa: 170 00 Praha 7,
Komunardů 1584/42, e-mail:
magazinsport@cncenter.cz,
www.isport.cz,

telefon: po předvolbě
+420 225 97 volte linku 5275,
Redakce – linka 5111.

Šéfredaktor: Lukáš Tomek,
vedoucí redaktor: Petr Schimon,
grafici: Dagmar Šenfeldová,
Jaroslav Komolý, **autorka
grafické úpravy:** Pavla Veselá,
redakční rada: Michal Ježdík,
Filip Šuman, Zdeněk Haník,
Michal Barďa,

inzerce: Jan Nassir (7338),
jan.nassir@cncenter.cz, **Feditel**

inzerce: David Šaroch (7227),
kontakt na inzertní poradce:

linka 7512, **marketing:** Jan
Fischer (7454), **ředitel výroby**

adistribuce: Libor Berka (7283).
Vydává: CZECH NEWS
CENTER a.s., Komunardů
1584/42, 170 00 Praha 7,
IČO: 02346826

Generální ředitelka:
PhDr. Libuše Šmuclová.
Rozšiřují společností PNS a.s.
Tiskne: EUROPRINT a.s.,
ISSN 2464-6865.
Registrace
MK ČR E 22423.

Nevyžádané rukopisy, fotografie
a kresby se nevracejí. Redakce
nezodpovídá za obsah inzerátů.
Publikování nebo jakékoli jiné
formy dalšího šíření obsahu
časopisu COACH jsou bez
písemného souhlasu vydavatele
zakázány.

© CZECH NEWS CENTER a.s.

obsah

Jeden z nejúspěšnějších hráčů hokejové historie ← **4** ROZHOVOR
SIGOREM LARIONOVEM



Legendární házenkářská brankářka ← **16** POHLED SPORTOVCE:
LENKA ČERNÁ

Vliv supermoderních technologií na sport ← **20** HLAVNÍ TÉMA

Nejdůležitější ingredience vítězného týmu ← **30** COACHING

Učení leadershipu ← **34** REFLEXE

Zdeněk Haník ← **36** DIALOG S MLADŠÍM JÁ

Mýtus o pozitivním myšlení ← **40** SPORTOVNÍ
PSYCHOLOGIE

editorial

Vodní slalom a trenér

Do loděnice v ústí pražské Čertovky jsem přišel v roce 1957. Oddíly neměly lodě pro začátečníky. Byl jsem šťasten, že mně starší závodníci půjčovali svoji, a raději, než bych jim ničil loď bez dohledu, mi dávali rady, jak zabrat, jak se naklonit. Tak v začátcích probíhala trenérská práce.

Silná změna nastala kolem roku 1960 s příchodem Karla Knapa. Vysokoškolsky vzdělaný trenér a učitel na tělovýchovné katedře zavedl systematickou zimní přípravu, kondiční trénink i v sezoně a také významný přenos vědy do praxe. Jeho způsob zimní přípravy zejména u žáků a juniorů je praktikován dodnes s určitými modifikacemi – kombinace gymnastiky a her (nejčastěji basketbal).

Významnou roli postupně hrálo i stále lepší vysokoškolské specializované vzdělání pro kanoistiku. Se založením center vrcholového sportu Dukla a Vysokoškolského centra trenérská činnost povýšila na profesionální úroveň. Řada mistrů světa či olympijských medailistů byla ochotná i v průběhu kariéry vystudovat sportovní vysokou školu. Zde vidím základ úspěšnosti vodního slalomu. Je nutné připomenout i svazové vzdělávání trenérů pro mládež, ti od našich světových špiček musí povinně předávat zkušenosti a poznatky.

Všichni dnešní trenéři sledují tréninkové novinky z ostatních individuálních sportů. Umí pracovat s nejmodernější technikou, a to i v drsném přírodním prostředí. Stát na břehu a sledovat tréninkovou skupinu za mrazu i při vedru, to chce hodně osobního nadšení. U dětí se trenér často musí stát plavcem-záchranářem.

Při vrcholu mého sportování se ziskem tří zlatých medailí z MS jsem vše dělal pouze intuitivně, na základě pozorování kamarádů a jejich přípravy bez systematického trenérského dohledu. Někdy jsem dotazován, proč jsem se nevěnoval špičkové trenérské práci, když mám o tomto sportu vysoké znalosti. Moje odpověď? Nemám sportovní vzdělání: neumím dobře terminologii pohybu, nevím přesně, do jakého zatížení je možné trénink vést, jak připravit rozcvičení pro závod, co přesně dělat po závodě.

Moc mě těší, když často slyším od zahraničních sportovců nebo trenérů: Jděte se poučit do Čech, do Prahy, jak se má sport dělat nejen trenérsky, ale i jak vytvářet kamarádství.

JAROSLAV POLLERT,

dlouholetý předseda Českého svazu kanoistů

Termín uzávěrky: 22. 12. 2017 | TITULNÍ SNÍMEK: MICHAL BERÁNEK

VE SPOLUPRÁCI:

Czech News Center 7

