



ZEPTALI JSME SE TRENÉRŮ...

Téma: MUŽI V ROLI TRENÉRŮ

30.5.2021

1. Jak vnímáte pozici mužů v českém cheerleadingu a jak byste nové nadšence motivovali ke vstupu do našeho sportovního odvětví?
2. Jak jste prožili "covidový" rok a čemu jste se věnovali po osobní i sportovní stránce?
3. Co plánujete na léto a jaké máte plány na příští sezonu?



MILAN LAVIČKA
Pilsen Jaguars Cheerleaders
Trenér a aktivní člen

1. Hlavní je nenechat se odradit zkreslenou představou nevzdělané veřejnosti o hlučném poskakování s pompony. Realita je akrobatická a silová. Nás kluků je v cheerleadingu málo, což je škoda, ale na druhou stranu se mezi sebou díky tomu známe, bavíme se a navzájem si pomáháme.

2. Moc sociálně aktivní nejsem, takže v osobní rovině mi karaténa omezila jen deskoherní večery v Praze. Práci jsem změnil, ale jako IT admin pracuji většinu času vzdáleně z domova, takže ani tady mi COVID moc život neotrávil. Omezení sportovišť a konec tréninků jsem kompenzoval vzděláváním se. Konkrétně pak trenérská licence B, výživa, mobilita a kompenzace. Rovnou jsem si nově nabyté praktiky testoval sám na sobě a během online tréninků.

3. V létě vyrazím na kempy a tábory jako instruktor/vedoucí. Zároveň mě kromě spousty akcí venku čeká pracovní návštěva u kolegů v Německu.



ALEXANDR STOLPOVSKYCH
Join New Spirit AllStars
JNS Stunt Director, trenér Junior TCR

1. Cheerleading je nadčasový, a to proto, že je to sport pro všechny neohledně na věk, gender, etnický původ, vyznání a dokonce i stav zdraví. Věřím v to, že tímto směrem se naše civilizace ubírá a v cheeru vítáme rozmanitost a praktikujeme inkluzivnost. Mimo to, že cheerleading je v České republice velice finančně dostupný, je to sport pro lidi a nese s sebou řadu krásných dalších zásadních charakteristik – cílevědomý kolektiv, týmovou podporu a sounáležitost, adrenalin z vystupování a neustále posouvání svých limitů.

2. Covidovou pauzu vyhrál ten, kdo čas využil produktivně. V klubu jsme vyladili řadu procesů, osobně jsem se věnoval zdokonalení vědomostí mých stuntových technik a pěstování pokojových květin.

3. Nejsem z prostředí, kde se dávají malé cíle. Dobít Svět.



ALEŠ STRNÁDEK
A-STYL Dragons
Tréner

1. V Čechách se stále fyzická příprava odehrává primárně na tréninku, posilovna a ženy jsou spíše výjimečná kombinace. Z tohoto pohledu vnímám muže v cheerleadingu jako hnací sílu. Doslova. Fyzická síla a kondice jsou nezbytnou součástí dobrého atleta. Motivace ke vstupu je i pro mě náročným tématem, často nad ním přemýšlím. Většina týmu je all-girl, jeden muž často nemá velkou váhu, ale z mého pohledu je to právě o jednotlivcích, kteří se budou snažit učinit změnu. A v tom případě nehraje roli, zda budou bojovat o motivaci a získání mužských posil žen či mužů. Muž musí vidět směr, cíl, osobní rozvoj svých schopností a to včetně fyzického výkonu, což je hlavně o kultuře celého týmu a trenéra.

2. Online tréninky se mohly zaměřit jen na určitou část cheerleadingu - flexibilita, síla, dance a skoky. V tomto jsme se snažili maximalizovat potenciál online tréninků. A také motivaci nepřestat, jakkoliv se online tréninky mohly zdát vzdálené kouzlu kolektivního sportu.

3. Děje se toho více, priorita je stabilizace a vytvoření schopných týmu, zároveň využití aktuálního „hladu“ po návratu do tréninků jak byly.



JIŘÍ OBSADNÝ
FunTime Athletics Nový Jičín
Trenér asistent a aktivní člen

1. V porovnání se světem jsme na tom dost bledě, navíc je to pro kluky pořád „holčičí“ sport, takže je těžké k cheeru dostat nové kluky. Motivoval bych je tím, že to, že je to většinou holčičí sport, není jako negativum, ale jako velké pozitivum + ušetří za fitko a posilování je tam až až.

2. Mimo jiné hraju i fotbal, kde jsme trénovali venku celou dobu (nelegálně :-D), takže nějakou fyziku jsem si udržel. Cheer online pro mě není cheer.

3. Pohyb, dovolená. A příští sezóna je daleko.



MATĚJ ROCH
FIGHTERS CHEERLEADERS
Trenér, base a vysoce kvalitní Top

1. Je to nová výzva která by se měla zkusit a co je dobrý je tam spousta nezadaných holek.

2. Hojil a regeneroval své zhuntované tělo.

3. Být lepší než tu minulou sezónu (myslím si že to bude snadné když jsme rok nic nedělali).