

Spolužáci se mi smějí

První větší vlnu zájmu o badminton zaregistroval Petr Koukal po své účasti na olympiádě v Pekingu. Dnes má problém si zarezervovat kurt.

EVA FRYŠAROVÁ

Když trojnásobný olympionik Petr Koukal s badmintonem začal, všichni na něj pohlíželi jako na zjevení. Jenže o více než dvě dekády později se badminton řadí mezi nejoblíbenější sporty u nás a svou zásluhu na tom má jistě i Koukal nebo Kristína Gavnholt, jeho kolegyně z olympijských her v Londýně a v Riu de Janeiro. „Přál bych si, aby to tak bylo. A celý život jsem se o to snažil,“ přiznává Koukal.

Když se k tomu přidá finanční nenáročnost a hráčská přívětivost, je o trend postaráno. Ostatně zaznělo to už v rámci ankety portálu SportCentral před třemi lety: respondenti jako třetí nejčastější důvod (každá pátá odpověď) uváděli, že v hojnějším sportování jim brání nedostatek financí. Největší rakety přitom začínají na stokrát – ty nejdražší se pak pohybují kolem 5000. Pronájem kurtu na hodinu lze sehnat zhruba za 150 až 350 korun. Není přitom potřeba se hlásit do žádného klubu.

Dvoji obraz badmintonu

Při badmintonu se kromě dvojic, včetně těch smíšených, může zabavit celá čtyřčlenná rodina, stává se oblíbenou aktivitou pracovních kolektivů. „Badminton je jeden z mála sportů, který si zahráje každý, i když je na něm poprvé. Pokud neumíte třeba tenis, celou hodinu jen sbíráte míčky,“ řekl Koukal LN. A dodal, že na kurtech potkává pestrou škálu lidí od dětí přes těhotné až po manažery, kteří touží po adrenalinu a po tom pořádně se zapotit.

Na druhou stranu před těmi, co ho ještě nezkusili, má pořádku trochu nálepku liného sportu. „Rada lidí si myslí, že je to jen nějaké pinkání přes vrata na chatě, ale když si ho zkusí naostro v hale přes tu relativně nízkou síť, protože panuje všeobecné přesvědčení, že síť má být vysoká, mají z toho dobrý pocit. A když nám míček



Petr Koukal přispěl zásadním způsobem k popularizaci badmintonu u nás

FOTO MAIRA - ADOLF HORSINKA

lít rychlostí přes 350 kilometrů v hodině, jsou nadšeni,“ popisuje. Podle Martina Osičky, předsedy Českého badmintonového svazu, boom tohoto raketového sportu nezasáhl jen Česko, ale fiti se napřít dalšími státy.

„V Evropě je kolébku badmintonu a neúspěšnější zemí na té vrcholné úrovni Dánsko. S tím se výsledkově určitě srovnávat nemůžeme. Podobně badmintonové vyspělé země ovšem zažívají jako my nárust amatérského sportu i zájem o závodní badminton mezi mládeží,“ říká Osička s tím, že podpora přichází rovněž ze Světové badmintonové federace, potažmo Badminton Europe. Šéfa svazu těší, že 21. listopadu hosti pražské Štěrboholy mistrovství Evropy do 17 let.

Petr Koukal přitom vzpomíná, jak v jeho úplných začátcích badminton nikdo neznal a spolužáci si z něj dělali legraci. „Smáli se mi, že to vlastně ani není žádný pořádný sport. Někteří učitelé mi po turnaji nechtěli uznat omluvenku,“ vzpomíná mnohonásobný mistr České republiky. Na ulici potkal lidi s raketou zřídka.

Dnes, když si chce na večer v Praze rezervovat na poslední chvíli kurt, má problém a dost možná nakonec zůstane doma. „Na jednu stranu mám smůlu, na tu druhou je to pro badminton skvěle měřič popularity,“ podotýká Koukal, který se na poslední olympiádě loučil s kariérou.

Přestavby areálů

Ať už je to spíše příčina badmintonového boomu, nebo jeho následek, badminton si lze zahrát na stále více místech. Ostatně si toho všiml už loni odborník na sportovní marketing Marek Tesař: „Za posledních pět let šel badminton obrovsky nahoru. Je to tím, že sportoviště nabízí tuto možnost stále častěji, z velkých hal se stávají badmintonové areny, protože to je pro jejich provozovatele nejefektivnější.“

Podobně hovoří i zaplněný diář sportovce, jehož si zvu na křty a exhibice při příležitosti otevírání nových hal. Aktuálně třeba do Prahy či Plzně.

Petr Koukal větší zájem o badminton pocítil poprvé poté, kdy se v roce 2008 dostal na olympijské hry v Pekingu coby historiky první český hráč.

Příběh nad badminton

O dva roky později na něj byla upřena pozornost médií, když bojoval s rakovinou varlat, aby se záhy dokázal na kurt vrátit. Co víc, objevil se na nadcházející olympiádě v Londýně, kde mu byla svělena role vlajkonosce české výpravy. Jeho příběh tehdy obletěl svět.

„Tehdy se o mně začalo mluvit opravdu výrazně. Jak moc to mohlo pomoci k tomu, že si lidé šli badminton vyzkoušet, netuším, ale v tu chvíli se mi razantně změnil život a lidé mě začali poznávat a to trvá dodnes,“ říká Koukal.

Do třetice se pak proboujel na olympiádě do Ria de Janeiro. I teď, po opuštění profi dráhy, se ale chce vedle své nadace a projektu STK pro chlapce, věnovat propagaci svého sportu. Dělá přednášky a akce pro firmy, školy či sportovní centra. K tomu se snaží být k ruce svému nástupci, 22letému Adamu Mendrekovi. Cíl? Olympiáda v Tokiu 2020.

Autorka je spolupracovnice redakce

Prostor pro novinky ve fitness určitě je

Největší sláva spinningu, zumbie i aerobiku je už dávno pryč. Naopak se stále těší velké pozornosti lekce v duchu „body and mind“, tedy různé typy jógy, jejichž převážně poklidnou povahu na druhé straně vyvažuje vysokointenzivní HIIT program, kruhové tréninky, ale i crossfit. Do toho všeho závratnou rychlostí pronikají moderní technologie, ať už ve formě sdílení dat, elektrické stimulace svalů, nebo virtuálních tréninků. Právě tento trend má podle Karla Jaruška, výkonného ředitele České komory fitness, posilovat i do budoucna.

LN Jaké jsou aktuální trendy v oblasti fitness cvičení?

Trendy v Česku z velké míry se zpozděním kopírují trendy v zahraničí. V zásadě se dají rozdělit na tři skupiny. První skupina je o intenzivním tréninku a skupinových lekcích. Dalším trendem je pak oblast zdraví, individuálního přístupu a jiného přístupu k tělu například formou jógy či body and mind stylů. Třetí velkou oblastí jsou pak rozhodně technologie.

LN Co se v poslední době odehrává v oblasti skupinových lekcí?

Obecně zažívají trvalý růst, přičemž to už dávno není jen o poskakování do rytmu hudby. Na své si přijdou také muži, ať už ve formě HIIT, TRX či funkčních tréninků, deep worku, Nike trainingu a dalších. Do této skupiny se pak dají počítat také všechny typy crossfitových tréninků.

LN A co oblíbená jóga?

Stále více klientů vyhledává lekce či individuální trénink s profesionálem, zaměřený na zdraví, úlevu od bolesti zad, hlavy či boj s civilizačními chorobami. Zde se dá očekávat ještě větší nárust zájmu. Ostatně podle Ústavu zdravotnických informací a statistiky jsou nejčastějšími příčinami nemocnosti zaměstnanců nemoci dýchacích soustav a nemoci svalové a kosterní soustavy. A tento stav se meziročně nezlepšuje, právě naopak.

LN Jak cvičení ovlivňují moderní technologie?

Stále vzrůstá obliba cvičení EMS (podpořené elektrickou sti-

mulací svalů; pozn. red.). Kromě toho trvalý exponenciální nárůst takzvaných wearables, nositelné elektroniky, v kombinaci s chytrým telefonem umožňuje jeho uživatelům i trenérům sledovat výsledky cvičení a rovněž se staly velmi rychle populární. A nesmíme zapomenout ani na virtuální skupinové lekce, jež konečně se zpozděním v řádu let pronikly i do Česka a v Praze je o ně velký zájem.

LN Kopíruje trendy i to, co je u nás aktuálně nejoblíbenější?

Velmi záleží na klientovi. Obecně se v posledních asi třech až pěti letech trendy na špiče ležce střídají a přiliš se nemění. Většina změn v poslední době je spíše estetická a jen lehce rozšiřuje již stávající možnosti.

LN Dá se ještě dnes vůbec přijít s něčím novým?

Prostor pro novinky určitě je. Velká část novinek stejně čerpá z minulosti, ať už se jedná o nářadí, nebo koncept. Vše je pak upraveno aktuálnímu zájmu klientů a zabalené v patřičně lákavém obalu. Změny a novinky však budou přicházet z souvislosti s technologiemi, které se rychle vyvíjejí a určitě ještě neřekly oboru fitness své poslední slovo.

LN Co předurčuje úspěch dané aktivity, nač lidé slyší?

Troufám si tvrdit, že sebelepečný koncept ve fitness je často závislý zejména na lidech. Pokud se tímto konceptem podaří nachodnout další a další lidi, kteří virálně budou předávat zážitky a energii z daných trendů dál, může se pak jednat o ne zcela zásadní novinku, která však osloví širokou publikum, která byla třeba cesta zumbie, kdy se nejednalo o nic zase tak složitého, ale nadchla řadu lidí i z řad amatérů, kteří se rychle stali lektory a předávali svoji zkušenost dál.

V poslední době se do tohoto vzorce přidává ještě zdánlivá jednoduchost provedení. Nechceme u cvičení moc přemýšlet, což je ostatně důvod, proč částečně může být na ústupu aerobik. Na druhou stranu, pokud i třeba tuto oblast zastupuje zajímavá skupina lektorů, jako je tomu u stepu a aerobiku na Moravě, pak rozhodně o ustupujícím trendu hovořit nelze. fre

inzerce

ALAVIS™ TRIPLE BLEND



**PRO POHYB BEZ BOLESTI
A VYŠŠÍ VÝKONNOST!**

www.alavis.cz

Každá šarže tohoto veterinárního přípravku je testovaná na obsah účinné látky v laboratoři univerzity v italské Modeně, která se na toto měření specializuje. Teprve na základě tohoto měření je produkt uvolněn do prodeje.

POUZE PRO ZVÍŘATA!

ALAVIS™

Born in Canada

ZNAČKA VÍTĚZŮ



Veterinární přípravky ALAVIS™ používá pro své koně tréninková staj několikanásobných vítězů Velké Pardubické, Českého derby a České klasické trojkoruny

VALENCIO-HOLČÁK



VALENCIO