

Ještě jí nebylo dvacet a už se vydala do volejbalového světa. Pořádně ani nepoznala nejvyšší domácí soutěž a do svých řad si ji vyžádalo italské Sassuolo. Helena Havelková se stala jednou z nejžádanějších hráček Evropy. V Itálii nastupovala ještě za Busto Arsizio, s nímž dvakrát kralovala Poháru CEV a bojovala ve finále Ligy mistryň, za angažmá se vydala do Ruska, Turecka, Polska a naposledy do Číny. Ligu olympijských vítězů ale předčasně opustila kvůli zranění achillovky.

TRENÉRY SI VYBÍRÁM

TEXT: JIŘÍ NIKODÝM

Trenér ženského týmu

„Trénovat ženský tým je to nejtěžší. Dát dohromady dvanáct ženských, aby se sladily, je nemožné. Trenér tak musí být v první řadě psycholog. Ženy si bohužel neříkají všechno na rovinu. Chlapská povaha je taková, že si to vyříkají mezi sebou. Ale mezi ženskými se neříkají věci na rovinu, což pak týmu škodí. Trenér musí mít především autoritu a tým musí mít k trenérovi respekt. Každý trenér si musí uvědomit, jestli chce být kamarád, nebo chce tým vést. Když chce být jen kamarád, pak přijde o respekt a tým za ním nejde.“

Komunikace trenéra s ženským týmem

„Trenér si nemůže dovolit dělat bengál. U chlapů možná ano, ale na ženy se musí jemněji, protože by se mohly urazit. Hráčky nemusí vždy pochopit, jak je to myšlené. Trenér nesmí být monotónní, musí najít vyváženost. Na každou z nás funguje něco jiného, musí umět k hráčkám přistupovat jednotlivě. Je dobré být v pohodě, ale

když se něco děje, je třeba přidat v komunikaci na dynamice. Nikdy jsem neměla úplně vyklidněného trenéra. Třeba Italové jsou všichni hodně energičtí a emotivní.“

Ženská trenérka u ženského týmu

„V reprezentaci nás vedla bývalá hráčka Táňa Krempaská a byl to rozdíl. Věděla, jak to funguje v ženské šatně a navíc v ní vyloženě byla. Když s ní mluvíte, tak to chápe i po ženské stránce, je to jednodušší, ženská některé věci chápe automaticky. Sportovně ale zásadní rozdíl nebyl.“

Výběr klubů a trenérů

„Když jdu do sezony, vždycky vím, jaký to bude trenér a co mi může dát. Nikdy jsem nezažila někoho, kdo by neměl tým pod kontrolou. Nepotřebuju trenéra kamaráda, který za mnou bude chodit po zápase a říkat, že nevdá, když se něco nepovedlo. Musí umět rozhodnout, jaký je hlavní problém, a s tím dál pracovat. Vyhledávám trenéry, kteří mě mohou technicky obohatit. Kdo při time outu říká: 'musíš to vybrat, musíš dát

FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ



bod', a když dostaneme eso: 'nesmí se to stát', to pro mě není trenér. Tým potřebuje v danou chvíli slyšet jasnou věc. Trenér musí poradit, jak tomu čelit, co přesně udělat. Sportovcům dnes nemusíte říkat každý balon, co má dělat. Kouzlo dobrého trenéra je poradit třeba jednu věc, která to pak změní. Je to i věc tréninku. Při něm si dokáže trenér věci víc řídit než v zápase.“

Důležití trenéři

„Velice důležitý byl v Liberci v žákyních Miloslav Procházka, který mi dal výborné základy a dostal do drilu. Každý z trenérů mi pak dal něco jiného. Například Carlo Parisi v Busto Arsiziu viděl, že neumím přihrávat. Tak jsme to společně pilovali, abych se stala komplexní hráčkou.“

Odchod do zahraničí

„Do Itálie, konkrétně do Sassuola, jsem šla v osmnácti letech ze Slavie, a tak jsem ani neměla možnost poznat české trenéry. Chtěli mě klub i trenér. Bylo to náročné a důležité bylo, že jsem rychle zvládla jazyk a navíc tam byla se mnou Ivana Plchoťová. Pomohlo mi, že trenér Ferrari uměl anglicky a nedostala jsem od něj žádná ultimáta, abych fungovala. Hlavních bylo pár slovíček k volejbalu, domluvit se s holkama a nebýt individualista.“

Trénink

„Italové skvěle ovládají taktiku a techniku. A taky se tam každý den řeší video. Před zápasem jsou určitě dvě videa, každé na hodinu. První rok v Sassuolu trenér Ferrari dělal video a pak se nás všech ptal, co si myslíme. Je dobré se zeptat, ale když zazní několik hlasů, tak se v tom pak nedá vyznat. Mám ráda trenéry, kteří vědí, co chtějí a mají jasno. Třeba Carlo Parisi staví hodně na bloku a obraně a na celoroční práci s týmem. Má základ, který jen lehce obmění podle soupeře. Jen když je u soupeře extra hráčka, tak se něco změní. Cílem je systém během sezony vylepšovat a držet se ho.“

Rusko, Turecko, Polsko

„Ve světě trénuje hodně Italů a zahraniční trenéři se snaží dokázat, že to italské není tak dobré a že oni to umí líp. Loni v Polsku byl první tři měsíce Ital a po jeho vyhození Polák Jakub Gluszak. Byl mladý, měl určitou taktiku a dělal spoustu věcí jinak - a fungovalo to líp. Chtěl si to udělat po svém, aby dokázal, že všechno, co je italské, není dobré. Podobně jako Nizozemec Avital Selinger v Krasnodaru. Zabýval se jen obranou, dělaly jsme celý trénink třeba jednu věc. Chtěl narušit ruský zaběhlý systém, kdy jsou všechny hráčky vysoké, hrají kopce a pomaleji. Ale on chtěl hrát rychle,



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ

tam i hodně mluví. Dostala jsem nabídku a jen tak do nějakého klubu bych nešla. Ale byla to Šanghaj, což mě lákalo. Kluby jsou podle měst nebo oblastí, kde mají vždy jeden tým. Mezi kluby se nepřestupuje, a proto jsou týmy hodně seštrávané. Místní hráčky bydlí ve sportovním centru na kraji města, kde jsme i trénovaly. V den zápasu nesmí ven a trenér je kontroluje. Možnost potkat se s rodinami mají jen po zápase. Trénuje se každý den, nebo se hraje zápas. Jede se pořád naplno. Neexistuje den volna, tréninky jsou tvrdé a náročné."

Čínský trenér

„Trenéři z ciziny v Číně u volejbalu nejsou. Tým vede Wang Ži Teng, mladý trenér, který ještě předloni hrál. V klubu se rozhodli, že dají jako trenéry k mužům i ženám bývalé hráče bez trenérských zkušeností. Pro mě to byl typ trenéra, který dbá na to, aby byl se všemi zadobře. Měl to těžší, protože jeden rok byl trenérem na posilovnu a najednou se překlátil na hlavního. Ale každý ho respektuje. Hráčky to mají nastavené tak, že dělají, co jim trenér řekne, a nepřemýšlejí, že by to mělo být jinak. Trenér uměl anglicky, ale s Kanadankou Sarah Pavanovou jsme měly překladatelku, která nám byla pořád k ruce.“

Čínský volejbal

„Pořád se tam hraje pod tlakem a byl to jeden z nejlepších volejbalů, co jsem zažila. Hráčky ve 25 letech už jsou tam brány jako staré. Jsou dlouho v extrémním zápřahu a organismus to neutáhne. Doktoři na tom nejsou tak jako u nás, a když nedostanou hráčku po zdravotních problémech zpátky, tak ji vymění. Při obrovské zásobárně hráček to není problém. V Evropě se dost fešší taktika, technika, ale v Číně ne. Hraje se nekompromisně. Dbá se hodně na útočnou fázi. Hlavně tvrdý úder, přijem a k tomu obrana. Zalívka se nebere, ale bušit a položit míč rychle na zem, to se cení. Je to hlavně dril, všechno mají naučené. Jsou skvělé už teď, ale ještě by mohly jít takticky a technicky dopředu. Až se dám zdravotně dohromady a byla by možnost se do Číny vrátit, ráda bych tam znovu hrála.“

s kombinacemi. Měl svou vizi, ale zjistil, že to není v klubu a pro dané hráčky aplikovatelné.“

Busto Arsizio a trenér Carlo Parisi

„Na první pohled působí jako negativní člověk, který z vás nedostane pořádný výkon. Chvilí mi trvalo, než jsem pochopila jeho styl a jak to myslí - to je záchranný bod. Když ho poznáte a díváte se na lavičku, jeho reakce je jasná a všechno víte dřív, než přijde time out. Je puntičkář. V Bustu, kde jsme v roce 2012 vyhrály ligu, pohár i Pohár CEV, si mohl dovolit trochu negace a být k týmu tvrdší. I proto, že si nás vlastně vybral. Byl tam deset let a týmy se skládaly, jak chtěl on.“

Parisi u národního týmu

„Carlo mi přišel hodnější. V reprezentaci musíte pracovat s tím, co máte. I ambice jsou jiné a on poznal, na co náš tým má. Musel nejdřív pochopit naši mentalitu. Hráčky jsou zvyklé na jiný klub, jinou ligu a musel pro ně najít role, aby všechno fungovalo. Nebyl pak tak negativní. Ale pořád měl jasno, na čem má hra stát, co funguje. Měl větší trpělivost říkat věci častěji, déle je vysvětloval. V klubu se s tím tolik nemazal, u reprezentace není tolik času. Pochopil, že musí zvolit trochu jiný přístup, a proto se snažil vytvořit příznivější klima. Myslím, že i pro něj to byla dobrá zkušenost.“

Čína

„Čínu jsem si vybrala, hrozně mě zajímala, a to jsem ještě nevěděla, že vyhraje olympiádu. Mají peníze, ambice, divácké zázemí a o volejbalu se

HELENA HAVELKOVÁ

Narozena: 25. července 1988 v Liberci

→ **Hráčská kariéra:** Liberec (2003/04), Slavia Praha (2004-07), Sassuolo (It., 2007-09), Busto Arsizio (It., 2009-12), Krasnodar (Rus., 2012/13), Eczasibasi Istanbul (Tur., 2013/14), Busto Arsizio (2014/15), Chemik Police (Pol., 2015/16), Šanghaj (2016/17)

→ **Úspěchy - klubové:** vítězka Poháru CEV (2010, 2012), Challenge Cupu (2013), italské ligy (2012), Italského poháru (2012). **Reprezentační:** vítězka Evropské ligy (2012). **Individuální:** MVP Italského poháru (2012), nejlépe bodující hráčka Evropské ligy (2011), nejlépe přijímající hráčka Evropské ligy (2012), volejbalistka roku ČR (2013)

NEPOTŘEBUJU TRENERA, KTERÝ ZA MNOU BUDE CHODIT PO ZÁPASE A ŘÍKAT, ŽE NEVADÍ, KDYŽ SE NĚCO NEPOVEDLO. MUSÍ UMĚT ZHODNOTIT HLAVNÍ PROBLÉM A S TÝM DÁL PRACOVAT.