

Honzu Železného znám od roku 1993, kdy ho koulař Remigius Machura přivezl jako svého parťáka na míčový sedmiboj osobností. Je introvert, takže není jednoduché k jeho nitru proniknout, ale jako hráče jsem ho důkladně přečetl a taky několikrát troufale vyzýval, aby se vykašlal na házení klackem a dal se na pořádný sport, tedy volejbal, nohejbal, házenou či basket. Jan Železný, trojnásobný olympijský vítěz v hodů oštěpem, světový rekordman, trenér olympijské vítězky a mistra světa, má ovšem jasno. I o tom je následující rozhovor.

TEXT: ZDENĚK HANÍK

JÁ A TRENÉR TÝMU? BYL BYCH DALEKO TVRDŠÍ

Připouštěl sis jako závodník, jeden z nejlepších sportovců na světě, že bys mohl být někdy trenér?

„Vlastně jsem to měl možná vrozené. Otec taky trénoval, i když to dělal při zaměstnání. Už když jsem házel, tak jsem pomáhal více lidem. Trénoval jsem se Stevem Backleym, pomáhal jsem Sergejovi (Makarovovi), takže jsem nějaké zkušenosti měl. Požádali mě o pomoc... Soustředění jsme absolvovali spolu.“

Cože, tys pomáhal svému protivníkovi?

„Ano, velkému.“

Mezi soupeři byla taková loajalita?

„Nebyla. Já bych nepomáhal každému. Sergej byl dobrý kluk. Tak jsem si říkal, že to může pomoci i mně, že uvidím i jeho při práci, a oba se třeba někam posuneme.“

Kdy jsi v sobě objevil trenéra?

„Už jako závodník. Protože jsme se museli starat sami o sebe, tak jsem se v podstatě od 21 let trénoval sám.“

Ty jsi neměl ani trenéra?

„Jenom na začátku mě trénoval otec. Později jsem měl trenéry 'napsané', ale všechny plány jsem si dělal sám. Takže jsem hledal různé cesty a komunikovali jsme třeba s Miklósem Némethem, který mi chvíli dělal manažera a já jsem to nakonec sám všechno připravil. Dál jsem měl Jardu Brabce a ten mi zase něco radil, hlavně ze silové přípravy, ale většinou jsem si to vždycky ušmudlal sám. Nakonec i Honza Pospíšil byl taky jako trenér napsaný, ale stejně jako vždycky předtím jsem všechno měl ve svých rukách.“

Takže jsi byl vlastně sám sobě trenérem?

„Ano.“

Cítíš se víc trenérem, nebo silnou osobností, která vede vynikající sportovce?

„Teď už se cítím víc trenérem, ale pozoruji, že ostatní mě berou spíš jako silnou osobnost.“



FOTO SPORT: JAROSLAV LEGNER

Tvoji svěřenci?

„Jo, svěřenci. Ale ono je to dané tím, co člověk dokázal. Prostě na tebe stále koukají jako na olympijského vítěze.“

V čem je podle tebe rozdílný svět sportovce a svět trenéra?

„Sportovec všechno dostává na talíři. Má trenéra, který mu připraví plán. Samozřejmě do toho někdy může zasahovat i on, ale jakmile něco potřebuje zařídit, od soustředění, přes doktora a podobně, tak mu všechno dělá jeho trenér nebo realizační tým. Takže sportovec se má starat jenom o to, aby zůstal zdravý a házel nebo běhal a dělal to co nejlíp. Ostatní jsou tam od toho, aby mu to usnadnili.“

A trenér?

„Když sportovec potřebuje, trenér musí zavolat na ta správná telefonní čísla a zařídit vše potřebné. Vybrat místo soustředění, aby tam byly všechny pomůcky na přípravu, například medicína, činky, a samozřejmě připravit plán.“

Ty jsi trenér i manažer v jedné osobě?

„V základním slova smyslu ano, i když závodníci mají samozřejmě manažera, který jim zajišťuje závody. Ale základní věci jako soustředění a přípravu, čili ty trenérské, dělám já.“

Co v sobě trenér, bývalý slavný sportovec, musí zabít, aby byl dobrým trenérem?

„Především na začátku musí zapomenout, že je výborný bývalý slavný sportovec. Jinak ta věta tak smrdí sladkým chválením, že je celá nepěkná... Ono to není tak jednoduché, ale snažit se dostat do pozadí. Hlavně třeba v mém případě, protože jsem stále ten, který vyhrál olympiádu. Takže se snažím podávat to klukům tak, že oni jsou ti nejdůležitější. Když mají problém, přijdou třeba pozdě, tak to musím umět skousnout. Nemůžu říkat, že jsem to nikdy nedělal. Prostě musím být ten, kdo je chápe a kdo jim dokáže tolerovat i určitá specifika jejich osobností. To pokládám za strašně důležité.“

JAN ŽELEZNÝ

Narozen: 16. 6. 1966

→ **Pozice:** legendární oštěpař, nyní trenér skupiny nejlepších Čechů v této disciplíně

→ **Sportovní kariéra:**

3x olympijský vítěz (1992, 1996, 2000), stříbro na OH (1988), 3x mistr světa (1993, 1995, 2001), bronzový na MS (1987, 1999), 2x bronzový na ME (1994, 2006), světový rekordman (výkon 98,48 m z roku 1996)

→ **Funkcionář:** člen Mezinárodního olympijského výboru (1999-2001 a 2004-2012)

→ **Trenér:** Barboru Špotákovou dovedl k olympijskému zlatu (2012), stříbru na MS (2011) a titulu mistryně Evropy (2014), Vítězslav Veselý pod ním vyhrál MS (2013) a ME (2012) a byl druhý na ME (2014)



FOTO: GETTYIMAGES

◀ NA KONCI ZLATÉHO OLYMPIJSKÉHO TAŽENÍ. PO TRIUMFU V BARCELONĚ A ATLANTĚ ZVÍTĚZIL I POTŘETÍ ZA SEBOU - V SYDNEY 2000.

Domníváš se, že disponuješ schopností empatie?

„Myslím si, že to je moje silná stránka. U závodníků vnímám, jak se oni cítí. Snažím se tomu i přizpůsobit trénink. Chce to neustálou změnu. Musí se reagovat třeba na to, že závodník je trochu unavený nebo má problém, proto se program musí upravit. Schopnost vcítit se je asi dar, se kterým se člověk rodí. Nevím, jestli to umím dokonale. Beru to tak, že je to jejich život a já jim jenom pomáhám. Ale kdyby zašli za určitý rámec, který nechci akceptovat, tak to ukončím. Je možné, že sportovci-trenéři, kteří dělali stejnou disciplínu, se dokážou do problematiky i do svého svěřence vžít na vysoké úrovni. Například když jedete na olympiádu, ten strach a stres je úplně jiný než třeba na mistrovství Evropy. Taková atmosféra se závodníky pěkně cvičí a musí se na to reagovat.“

Kdo smí poradit trenéru Železnému?

„Všichni. Nebojím se toho, když mi někdo něco řekne. I moji svěřenci, klidně, pokud je to smysluplné. Někteří, nebudu jmenovat, mají občas takové zvláštní nápady a než dojdou k tomu, co chci já, tak to dlouho trvá. Ale každý má svůj charakter a moji svěřenci vědí, proč to dělají. Chtějí něco dokázat a dávají tomu všechno. Bez toho by to nešlo, ani z mojí strany.“

Kdo je vítězný typ, podle tebe?

„Ten, co vyhraje, v první řadě. (smích) U každého se to může projevat v různém období. Například jsou vítězný typy, které mají talent, ale nechtějí na sobě pracovat. Protože jsou třeba velice brzy dobří. Všichni se dají nějakým způsobem modelovat a trenér musí mít i štěstí, aby zrovna chytil právě toho člověka, který to jednou dotáhne do konce. Já jich mám ve svém týmu hodně. Někdo se narodí se sebedůvěrou a talentem, to je samozřejmě nejlepší typ. Jiný má třeba obrovský talent, ale dlouho o sobě pochybuje, tak to chce nějaký čas. O dalším zase vím, že je tréninkový typ, bude vždycky skvělý na tréninku, ale na závodech selže.“

Myslíš, že poznáš vítězný typ dopředu?

„No... Většinou ano. Uprímně je těžké dostat do ruky někoho, kdo by měl talent a zároveň hlavu.“

Nebojím se toho, když mi někdo něco řekne. I moji svěřenci, klidně, pokud je to smysluplné. Vědí, proč to dělají. Chtějí něco dokázat a dávají tomu všechno. Bez toho by to nešlo, ani z mojí strany.



FOTO SPORT: MICHAL BERÁNEK

Cítíš už dopředu, že tohle bude špatný a tohle dobrý?

„Je tu vždycky nějaká intuice, například, že zrovna teď to není úplně ideální. Někdy v poslední fázi přípravy, když nejsou nejlepší výsledky, a do toho nějaké problémy, tak o tom člověk zapochybuje. Ale pamatuji si i situaci, kdy jsem zapochyboval, a třeba Víta (Vítězslav Veselý) se stal mistrem světa, protože v sobě dokázal najít neuvěřitelnou sílu. Bývají i určité okolnosti, které tomu předcházejí, například žaludeční problémy těsně před závodem...“

Jak motivuješ svoje svěřence?

„Já hlavně tím, že jim věřím. Říkám jim, že na to mají. A oni na to opravdu mají. Třeba jsem si vzal Jardu Jílka, věřil jsem mu, a přitom to byl v podstatě 'no name', s výkonem 74 metrů, potenciálně žádný významný oštěpař, navíc už nebyl ani mladý. Ale měl v sobě talent a já jsem ho chtěl rozvinout do extrému, kam až to půjde. A on se už za dva roky dostal na olympiádu, i když nakonec bohužel jet nemohl.“

Jak naopak řešíš pokles sebedůvěry?

„To je složitější a u každého jinak. Třeba jsou závodníci už starší a jejich výkonnost jde pomalu dolů. V takových případech jde jenom o jedno: potvrdit to v tu pravou chvíli. Už se nedají házet osobáky, když je vám třeba třiatřicet nebo čtyřiatřicet, ale takoví závodníci mají zase zkušenosti na to, aby ve velkém závodě předvedli

právě schopnosti, které získali za ty roky práce. Jindy to je ovlivněné zraněním, nastane pokles výkonnosti a sebedůvěry... Potom jde jenom o to člověka povzbuzovat.“

Jak řídíš silné osobnosti?

„Tak, že jim řeknu svůj názor, a můžou si vybrat. Ale nejsem totálně striktní. Prostě jim ukážu cestu, a buď po ní půjdou, nebo nepůjdou. A jsem taky ochoten trochu uhnout, vlevo nebo vpravo, ale ne zásadně.“

Jak překonáš situaci, kdy cítíš, že ti svěřenec nevěří?

„Zatím se mi to úplně nestalo. Spíš může pochybovat o tom, jestli to, co děláme, je správné, což je i normální a je to vlastně pozitivní. Nemáte vedle sebe stroje, které dělají jenom to, co řeknete. Čili taková ta velká nedůvěra vůči mně zatím nevznikla. Nebo jsem ji nepostřehl.“

Kdy mluvíš se svým svěřencem naposledy před velkým závodem?

„Vlastně, když jdou do toho koridoru, to je takové to poslední podání ruky a povzbuzení, že jim držím palce. Že bych za nimi přišel dva dny před závodem a hučel do nich, to nedělám. Kolikrát si říkám, že jsem to měl udělat, ale pak si řeknu Ne. Proč? Musí to zvládat sami, protože já s nimi nejedím na všechny závody, jenom na ty velké. Proto se musí starat sami o sebe a musí se s tím poprat. Možná to posuzuji i podle sebe, protože já jsem nikdy nepotřeboval, aby do mě někdo hučel.“

^ BARBORU ŠPOTÁKOVOU DOVEDL KE ZLATU NA OH V LONDÝNĚ. TEĎ K PŘÍPADNĚ DALŠÍ SPOLUPRÁCI ŽELEZNY RÍKÁ: NIKDY.



Někdy jsem demokratický, někdy autoritativní, ale zatím jsem ještě nikdy nevybouchnul, to je moje štěstí. Vždycky jsem prožíval emoce dovnitř.

Trenér má spoustu rolí. Motivátor, důvěrník, šéf, učitel, kamarád. Jaká je tvoje nejsilnější karta?

„Asi od každého kousek. Jsem s těmi lidmi strašně dlouho a individuální sport je takový, že bez kvalitní přípravy v zahraničí to nejde. Takže jsme spolu třeba tři a půl měsíce venku. Denodenní kontakt. V podstatě si od sebe odpočineme, až když začneme jezdit na závody. Je důležité, aby to sedělo dohromady, aby si člověk se svěřencem rozuměl. Neříkám absolutně, ale jde spíš o důvěru. Já mu dávám svých sto procent a chci je taky nazpátek. Jakmile to tam není, končím.“

Do jaké míry máš právo vstupovat do jejich osobního života?

„Nikdy nevstupuju. To je blbost, to se nedělá. Jsou dospělí lidé. Kdybych pracoval s mladšími, tak možná...“

Bára Špotáková je tvůj největší trenérský úspěch. Proč už není s tebou?

„Bára není můj největší trenérský úspěch. Největší můj trenérský úspěch je Víta Veselý.“

Dobře, proč Bára není s tebou?

„Protože začala vymýšlet z mého pohledu nesmysly. Proto jsem spolupráci ukončil.“

Teď jedna úplně citlivá otázka, nemusíš odpovídat. Jak to udělat, aby se trenér do své svěřenkyně nezamiloval?

„To není vůbec žádný problém.“ (smích)

Jaké jsou vítězné vlastnosti Báry Špotákové?

„Ona je přesně ten typ, který se s tím narodil. Chce vyhrávat. Má to v sobě jako málokdo, koho jsem potkal. A s tím taky tak pracuje a někdy to je až jakoby na škodu. Je totálně vítězný typ. Neumí prohrávat.“

Budete spolu ještě někdy jako trenér a svěřenec?

„Nikdy.“

Já vím z míčového sedmiboje, že jsi mimořádný talent i jako hráč. Hraješ dobře volejbal, nohejbal dokonce výtečně. Dokázal by ses prosadit i jako hráč?

„Těžko říct. Hrál jsem dlouho házenou, určitě bych se na nějakou úroveň dostal, ale na druhou stranu jsem dost individuální typ. Specifika kolektivního a individuálního sportu jsou strašně rozdílná. Někdo z kolektivního by v individuálním vůbec nevynikal, zapadl by. A někdo zas opačně. Já jsem si vybral dobře, protože jsem spíš individualista.“

Dokázal bys být trenérem týmové hry?

„To bych si dokázal představit, ale samozřejmě člověk si to jenom myslí, realita může být pak jiná. Spousta věcí je totálně rozdílných. Kdybych byl trenérem kolektivního sportu, byl bych asi daleko tvrdší. Na celý tým. Kdyby mi tam někdo dělal problémy, byť by byl sebelepší, vyrazil bych ho, protože kolektiv musí táhnout za jeden provaz. Samozřejmě potřebujete individuality. Například zbývá třicet sekund do konce zápasu, osobnost družstva musí dát gól. Vezme si míč a ten gól prostě dá. Pak jsou tam jiní, kteří kloubí kolektiv. Je to složitě a pro trenéra šíleně náročné. Navíc je pod tlakem vedení, které ho financuje, a to je úplně nejhorší. Pokud ti vedení nechá volnou ruku, je to fajn, ale to se většinou nestává.“

Sleduješ týmové hry?

„Ano, mám je rád. Dívám se na volejbal, házenou, ale i na fotbal, když jsou mezinárodní akce. Kolektivní sporty sleduju.“

My hodně řešíme, proč české týmové sporty neuspěly, proč nejsou na olympijských hrách. Máš na to názor?



OLYMPIJSKÉ LEGENDY: POSLEDNÍ ZÁVOD NA HRÁCH V ATÉNÁCH 2004 A SETKÁNÍ S USAINEM BOLTEM NA OSTRAVSKÉM MÍTINKU



FOTO SPORT: BARBORA REICHOVÁ

občas v médiích řekne: ten to odflákl. To nemusí být pravda. Jde o pohled člověka zvenku, ale realita může být úplně jiná.“

Máš svoje přátele většinou ve sportu, nebo mimo něj?

„Mám tři kamarády, a kdybych cokoliv potřeboval, šel bych za nimi.“

Ze sportu?

„Kdysi dělali sport. Ne ten špičkový, ale ano, ze sportu.“

Jak relaxuješ?

„Různě. Někdy se rád jenom válím, hlavně když jsem unavený. Někdy si zajedu na golf. Nebo třeba v pátek chodím hrát volejbal s jednou partou. Mám rád tenis, s kamarádem hraju badminton. Relaxuju buď sportovně, nebo se válím.“

Jaké jsou tvoje hříchy?

„Hříchů má člověk spoustu...“

Ne člověk. Jaké máš ty?

„Mám jich hodně. Asi nejhorší je ten, myslím, to je fakt totální hovadina, že kouřím.“

Ale to je slabý...

„To není slabý, to je silný...“

Jiný hřích na sebe neprozradíš?

„Mám spoustu hříchů, ale nechci to prozrazovat.“

„Kolektivní sporty mají obrovskou konkurenci, protože se to dělá ve světě v neskučně vysoké kvalitě. Ty sporty jsou hrozně silné a my jsme strašně malý národ, takže náš výběr hráčů je relativně omezený.“

Jaké jsou osobnostní kvality Jana Železného?

„To radši vůbec nechci komentovat, to je otázka pro ostatní lidi. Spousta jich na to bude mít různé názory, sám se hodnotit je těžké.“

Vnímáš se jako autoritativní trenér, nebo demokratický?

„Někdy jsem demokratický, někdy autoritativní, ale zatím jsem ještě nikdy nevybouchnul, to je moje štěstí.“

Jak čelíš působení emocí ve svém chování?

„Emoce ke sportu patří.“

Takže je nebrzdíš?

„Vždycky jsem prožíval emoce dovnitř. Vypadalo to, že jsem klidný, ať jsem závodil, nebo jako trenér, ale vnitřně je to šílený. Nejsem typ, co se vydává směrem ven. Ani není dobrý, když se



^ NA TRÉNINKU SPETREM FRYDRYCHEM, KTERÝ JE S VÝKONEM 88,23 M V ČESKÝCH HISTORICKÝCH TABULKÁCH TŘETÍ PRÁVĚ ZA ŽELEZNÝM A VÍTĚZSLAVEM VESELÝM

Kde se inspiruješ pro svoji práci?

„Pro mě je relativně důležité ji vidět. Jsem takový ten typ, který když něco vidí a zaujme ho to, tak to dokáže snadno analyzovat a zapojit. Nejsem knihomol, který přečte mnoho knih, protože bych si to tam nenašel. Já si to tvořím v obrazcích. Techniku vidím jinak než ostatní a vidím detaily. Například, když trénuju se svými svěřenci, nemůžu se dívat přes kameru. Detail v ní vidím daleko hůř než v reálu. Vnímání pohybu a vlastně celkově světa je pro mě důležité vidět vlastníma očima.“

Jak by zněla otázka, na niž bys novinářům rád odpovídal?

„Nechtěl bych otázku. Spíš bych chtěl zažít, aby poznali, že se mě nemusí na nic ptát. Třeba, že

poznají, když jsem šťastný. Nemusí se mě přeci na nic ptát, když mám tři lidi na bedně. Odpověď je v mé tváři. Totální spokojenost.“

Co schází podle tebe českým trenérům?

„Nejsou doceňováni. Nemyslím tím jenom finančně. Nekouká se na ně jako na ty, co hrozně moc pomohli. Bere se to tak, že je tam jeden, který je nahoře, a tým je sportovec. Samozřejmě chybí finanční prostředky, aby to trenéři mohli dělat naprosto profesionálně a mohli držet krok se světem. Mít totální zázemí, jako mají státy, které chtějí mít sportovce nejlepší na světě. My chceme být nejlepší na světě, ale děláme to způsobem, jak se to dělá v páté lize.“

Vidíš nějaké slabiny českých trenérů?

„Hlavně že do procesu nenastupují ti mladí. Příčina je zase asi finanční. Mladý trenér prostě potřebuje zabezpečit rodinu a mít alespoň nějaký standard životní úrovně, aby si mohl dovolit dělat trenéra. A ono to většinou tak není. Proto pak většinou trénují lidé, kteří to dělají ochotně a rádi, ale nemají to v sobě. Nejsou na dostatečné úrovni. Je relativně malé množství peněz, aby mohlo být dostatečné množství kvalitních trenérů. Vezmu například Duklu. Tam může být jenom omezený počet trenérů, kteří zaberou místo, pracují dlouhou dobu, setrvačností, někdy až moc dlouho. Třeba by měli být po čase vyměněni. Ale funguje to tak, že nikdo další mladý nemůže nastoupit. Čili tam máme například šest tabulkových pozic a konec. A to je špatně. Nejsou peníze ani ve špičkovém klubu, jako je Dukla.“

Co bys vzkázal českým trenérům?

„Ať to nevzdávají. (smích) Nevzdávejte to, bude líp.“

VNÍMÁNÍ POHYBU AVLASTNĚ CELKOVĚ SVĚTA JE PRO MĚ DŮLEŽITÉ VIDĚT VLASTNÍMA OČIMA. NE PŘES KAMERU.

