

MARKO YRJÖVUORI

Svištěl po hlavě ledovým korytem, hladověl ve žhavé Kalifornii, pral se s bitkaři v NHL a byl deset let osobním trenérem hvězdného Kobeho Bryanta v NBA. V roce 2016 se Marko Yrjövuori vrátil do rodného Finska a začal pracovat jako ředitel rozvoje v Ústavu pro fyzioterapii a výkon. Kromě toho má vlastní praxi, spolupracuje s Finským olympijským výborem, basketbalovou federací i s řadou sportovních akademií. Známe se déle, v Česku již poněkolkáté přednášel pro trenéry ČOV, proto si tykáme.

TÝM SE SMĚJE I BREČÍ SPOLEČNĚ

TEXT: MICHAL BARDA



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

Marko, vím, že jsi v roce 2000 přišel do Los Angeles Kings. Asi není úplně běžné, aby si klub z NHL vybral do týmu spolupracovníka z Finska? Jak ses k tomu dostal?

„Jasně, všichni znají finské hráče a vědí, že jsou dobří, ale trenéři, koučové nebo fyzioterapeuti? Jak jsem se k něčemu takovému dostal já? Někaké moje dobrodružné já prostě roztáhlo křídla, vypadl jsem z Finska a chtěl někde zkusit něco nového. Zajímala mě sportovní terapie a hlavně koučink, vždycky mě fascinoval špičkový výkon. Dělal jsem sport, líbilo se mi vzpírání a zajímal jsem se o to, jak správný pohyb dělat správně.“

Jaký sport jsi sám aktivně provozoval?

„Hlavně bojová umění. Můj sport bylo taekwondo. Začínal jsem v mládí jako atlet a běhal krátké překážky. Pak jsem ale začal dělat taekwondo

a soutěžil v něm mnoho let. A nakonec jsem jezdil na skeletonu.“

Překážky, taekwondo a skeleton? Takže vývoj směrem k pořád divočejším sportům?

„Jo, tak to bylo, to byla moje aktivní sportovní kariéra. Jezdil jsem na skeletonu mistrovství skandinávských i baltských zemí i mistrovství světa. Celé se to posunulo, když jsem měl jet na dlouhodobou přípravu do Spojených států před olympiádou v Salt Lake City. To byl můj sen. Jenže naše federace byla chudá a na skeletonisty nakonec nesehnala peníze. Sice jsme měli kvalifikační místo, ale z finančních důvodů jsme nejeli. To bylo dost trpké. Ale když už jsem měl víza, rozhodl jsem se do Ameriky stejně odjet. Jen místo do Salt Lake City jsem vyrazil do Los Angeles.“

HOKEJOVÝ ÚTOČNÍK SEAN AVERY SI NABĚHL V ŠATNĚ LA KINGS. MARKA YRJÖVUORIOHO VYZÝVAL NA SOUBOJ TAK DLOUHO, AŽ PŘIŠEL TREST. „ŠKRTIL JSEM HO V DRŽENÍ, DOKUD NEZAČAL ZTRÁCET VĚDOMÍ,“ USMÍVÁ SE FINSKÝ EXPERT.



MARKO YRJÖVUORI

Věk: 49 (14. dubna 1968)

→ **Profese:** uznávaný fyzioterapeut

→ **Kariéra:** atletický kouč a sportovní terapeut u Los Angeles Kings v NHL (2000-03), atletický kouč a šéf týmu sportovní terapie u Los Angeles Lakers v NBA a také osobní trenér Kobeho Bryanta (2003-16), mj. ředitel rozvoje v Ústavu pro fyzioterapii a výkon v Turku, majitel multifunkční posilovny v Helsinkách, šéf lékařského týmu u finské basketbalové reprezentace, spolupracovník Finského olympijského výboru, řady sportovních akademií a osobní kouč dlouhé řady sportovců z NBA, NHL, NFL či UFC, fitness kouč fotbalistů Inter Lahti (2017)

Chtěl jsi tedy svůj americký sen uskutečnit jinak?

„Ano, bylo to prostě moje rozhodnutí. Chtěl jsem zkusit pracovat v nějakém sportovním klubu nebo organizaci na špičkové univerzitní nebo profesionální úrovni.“

Ale oni o tom tehdy ještě nevěděli?

„Ne, vyrazil jsem tam, nikoho jsem neznal a neměl jsem práci. Klepal jsem na cizí lidi a snažil se strčit někde nohu mezi dveře. Nakonec si mě jako fyzioterapeuta a člověka, který se detailně zabývá pohybem, všimli lidi z NHL a pozvali mě do kempu.“

To mi připadá jako hodně velký skok. Říkáš, že si tě všimli lidi z NHL, ale tak jednoduché to asi nebylo?

„Ne, tak úplně jednoduché to nebylo, to je fakt. Byla za tím strašná spousta práce, pracoval jsem s mnoha hokejisty hlavně z Evropy, než mě pozvali do kempu. Ti kluci se mnou byli spokojení, jeden to řekl druhému a ten zase dalšímu a nějak se to prostě rozkřiklo, a tak jsem se dostal do kempu. V kempu se jim pak moc líbilo, co dělám, a tak se rozhodli mě zaměstnat. Tím jsem se dostal do NHL. Ale po pár letech přišla v NHL výluka a byli jsme všichni bez práce. Vlastníci řekli hráčům, že když chtějí vyšší platy, nebude vůbec žádný hokej, a basta. I spousta českých hráčů se tehdy vrátila do Evropy. Ale pak mi zavolali Los Angeles Lakers...“

Počkej, ještě než úplně utečeme od hokeje: slyšel jsem, že jsi v Los Angeles Kings ztrestal vyhlášeného provokatéra a bitkaře Seana Averyho. Je to pravda?

„Jo, něco takového tam proběhlo, měli jsme spolu takovou menší výměnu názorů.“

O co šlo?

„Avery nebyl moc oblíbený hráč nikde, byl dost zlomyslný a pořád se pral. Přišel do Kings v roce 2003, všude si hýčkal svoji pověst provokatéra, rád prudil a já na to nějak neměl náladu. Avery se doslechl, že jsem kdysi dělal taekwondo, a začal mě poštuchovat. Bylo u toho tehdy víc lidí. Řekl jsem mu, ať mě nechá a nesahá na mě. Ale on si nedal pokoj a pořád do mě strkal a provokoval, ať se mu postavím a co bych mu asi tak mohl udělat.“

Co následovalo?

„Všiml jsem si, že se mě snaží obejít zezadu, a když se pokusil zaútočit, uhnul jsem mu, složil ho na zem a krapáček ho přidusil. Škrtil jsem ho v držení tak dlouho, dokud nezačal ztrácet vědomí. Pak jsem ho pustil a on se nějak sebral a vypadl. Celá tělocvična jásala, jako bychom dali gól v prodloužení. Každý si se mnou přišel plácnout, protože ho nikdo moc nemusel. Druhý den Avery přišel na trénink a jenom ucedil: Ty jeden zas... ninjo! Ale už to na mě nikdy nezkoušel a vycházeli jsme pak spolu dobře.“

Takže jsi to nebyl ty, kdo pak Averyho při výluce NHL doporučil finským Lahti Pelicans?

(se smíchem) „Tak to opravdu ne, to jsem fakt nebyl já! A způsob, jakým pak Sean odešel z Finska, mu taky moc přátel nenadělal. Nikdo ho moc nemusel, dokázal pálit mosty všude, kde se objevil. Je to zvláštní, ale byl takový provokatér, že v NHL vždycky nakonec dostal práci. V Los Angeles i v Rangers si dokonce přišel i na pěkné peníze. Je to zvláštní osobnost, prostě kategorie sama o sobě. Byla to legrační příhoda, od té doby jsme ale byli v pohodě.“

Jak to tedy bylo s Los Angeles Lakers? Basketbal mi ke kalifornskému podnebí jde přece jen lépe než hokej. Ty jsi ale tehdy s basketem neměl moc zkušeností, ne?

„Lakers mi zavolali v roce 2004 během výluky NHL, že o mně slyšeli a že by se mnou chtěli mluvit. V té absolutní špičce mluví všichni o podobných věcech. Je to strašně malý svět, když vás lidi znají. To bylo fajn. Lakers se nějak líbilo, co dělám, zavolali mi a řekli, že by pro mne měli místo. Řekl jsem jim, že toho o basketu moc nevím, že nejsem basketák. Oni na to, že to je v pohodě, že rozumím tělu a pohybu, a to je to, co hledají. Basketbalových trenérů že mají samí dost. Dostal jsem zkušební smlouvu na rok. A bylo z toho dvanáct let.“

Takže se z tebe stal první hokejový trenér v basketbalové NBA?

„Vlastně jo. Nevím o nikom, kdo by na téhle úrovni dělal oba sporty, a už určitě ne z Finska. Asi jsem přinesl do historie něco nového. Ta změna ale nebyla zas tak složitá. Tělo je tělo, obojí jsou to týmové sporty a mají hodně podobnou sezonu. Mají



↓ INZERCE



**T-MOBILE
OLYMPIJSKÝ
BĚH**

**START
20/06/2018
PO CELÉ ČR**

RÚZNÍ BĚŽCI, RÚZNÁ MÍSTA, JEDNA MYŠLENKA.



OFICIÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2013 - 2020

WWW.OLYMPIJSKYBEH.CZ

2

DVA TITULY NBA
SLAVIL S MUŽSTVEM
LOS ANGELES LAKERS
ZA PŮSOBNÍ KOUČE
PHILA JACKSONA
(2009, 2010).



FOTO: PRO COACH: JAKUB PLÁTENÍK

taky stejný počet zápasů, takže i regenerace a další věci fungují podobně. Samozřejmě, ta kultura je jiná. V hokeji hrajou hodně Češi, Finové, Švédové i Kanaďani. V basketu to tak není, je to hlavně afroamerický sport a 90 procent hráčů je černých. To s sebou nese i afroamerickou muziku, kulturu a oblékání, je to prostě celé maličko trhlé. To prostředí je mnohem uvolněnější, hokej je naproti tomu čistý adrenalin od začátku do konce. Právě ta uvolněnost se mi líbila, bylo to jiné, a když jsme začali trénovat, naučil jsem se toho o basketu dost. Vždycky mě chytne atletičnost těch kluků, jak jsou schopní neuvěřitelně běhat, skákat a při tom ještě ovládat míč. To je podobné jako současná házená.“

Vedle atletičnosti je ale basketbal také velmi propracovaná hra.

„Je a není - záleží, jak kdy. Je strukturovanější ve srovnání s hokejem, kde je malý puk a velký prostor a hráči ho vlastně strašně málo využívají. Basket je organizovanější, ale ne tolik jako ame-

rický fotbal. Třeba takový Phil Jackson dopřával hráčům v útočném trojúhelníku hodně volnosti. Naučil jsem se o útoku dost, sledoval jsem Phila při tréninku sedm nebo osm let. Bylo zajímavé, jak moc hrál na okamžitá řešení, na to, kdo se právě uvolní. To nebylo moc strukturované, a proto byl Phil taky tak úspěšný. Našel ty správné individuality a věřil hodně na volnost a kulturu. Basket je prostě jiný sport. Mně se ale vždycky strašně líbila NFL.“

Proč?

„Naučil jsem se znát strategii i složitost té hry. Každá pozice je tam úplně jiná. Fascinovalo mě, jak pracují ofenzivní i defenzivní koordinátoři. Jak mění obranu, aby eliminovali útok soupeře, všechny tyhle věci. Pracoval jsem i s řadou hráčů, jsou to strašně rychlí a neuvěřitelní borci.“

Když člověk americký fotbal moc nezná, vnímá hlavně srážky, pády a říká si, že to musí být šilenci, že něco takového hrají.

FOTO: PROFIMEDIA/CZ

Ale ta hra je přitom nesmírně promyšlená a organizovaná, že?

„Americký fotbal je úžasný sport. Jak hráči zvládají v plné rychlosti chytat a házet míč, jak vidí celé hřiště a jak využívají ty nejmodernější technologie. Vidíte v televizi záběr kamery z pohledu hráče a říkáte si, jak tam toho spoluhráče přihrávkou vůbec našel? Baví mě všechny sporty, ale na americké stůňu a na fotbal jsem se tam koukal opravdu hodně. Zajímaly mě jeho nároky, chtěl jsem vždycky každému sportu rozumět a pochopit, co těla hráčů potřebují, aby z nich byli lepší fotbalisti nebo basketbalisti. To je, co mě zajímá.“

Třeba basketbalová nebo hokejová sezona má v Americe pro tým přibližně sto zápasů za sezonu. Můžete takovou zátěž hráči vůbec zvládnout, aniž by své tělo dokonale znali, aniž by mu sami rozuměli?

„Přesně tak to je. Oni mají v běžné sezoně 92 utkání a pak teprve přijde play off a hraje se o titul. Klíčová věc v profesionálním sportu v Americe je, že hráči mají obrovské podpůrné týmy. Staráme se o jejich zdraví, tělesnou přípravu a výkon, hráči se mohou soustředit jen na to, jak hrát. My se snažíme je na hru připravit. A někteří, jako třeba Kobe Bryant, samozřejmě vyžadují spoustu pozornosti. Ten potřeboval kolem sebe někoho skoro pořád. Ale byl to jeden z nejlepších sportovců, s kterými jsem kdy pracoval, tím, jak znal svoje tělo. Byl jsem v Lakers jen něco přes polovinu jeho kariéry, takže nevím, co dělal, když byl mladý. Ale vím, že každý rok, co jsem tam byl, toho o sobě věděl víc a víc. Byl hladový vědět víc o sobě i o tom, jak se zlepšovat. V tom byl perfektní. Problém byl jen, že byl hrozně tvrdohlavý. Něco jsem mu řekl a on to přešel, jenom tak zavrčel. Potom přišel za dva měsíce a říkal: Hele, Marko, mám takový nápad. Blesklo mi, že jsem mu to sám říkal už před dvěma měsíci, ale to bylo v pohodě – tak to bylo nastavené a byl to můj job. Všechno se točilo kolem nich, ne kolem mě, takže to bylo v pořádku. Já se jen mohl ze všech sil snažit, abych jim pomohl, a to jsem taky dělal.“

To musel být hodně emotivní moment, když Kobe Bryant v roce 2016 hrál svůj poslední zápas v NBA a dal ti podepsaný dres jako uznání toho, co jsi pro něj dělal?

„Jo, to bylo hodně emocionální. Samozřejmě si na ten poslední zápas pamatuju, není to tak dávno. Po utkání mu povídám: Kobe, já nejsem chlap, co se moc tulí, ale teď tě fakt pořádně obejmu. Tak jsem ho objal a poděkoval mu za všechno. A on udělal to samé. Bylo to fakt emotivní. Odešel tak,

jak si předsevzal, nasázal ten večer proti Utah Jazz šedesát bodů a vypochoďoval z té haly jako největší superstar, a tou taky byl.“

To je hodně těžké, že? Protože všichni tihle borci ten svůj sport strašně milují, jinak by ho nemohli hrát tak dobře a tak dlouho.

„No, myslím, že Kobe hrál dokonce o pár let déle, než měl, a strašně o ty roky bojoval. Měl problémy s kolenem, s achilovkou i s ramenem, tělo už ho zrazovalo. Už vlastně nemohl vůbec trénovat, ale by to tvrdý chlap a vždycky chtěl hrát. Ke konci už jsme se vlastně jenom snažili, abychom ho dali do kupy do příštího zápasu – to bylo všechno. Počítali jsme ty zápasy a říkali: Ježíši, ještě musí vydržet 62 utkání do konce sezony! Bylo to úžasné, zažil jsem fakt skvělé věci se spoustou hráčů a taky jsem se od nich hodně naučil. Viděl jsem, jaké to je, když je někdo superstar. Někdy je šileně sledovat ty slavné kluky zblízka. Pro mě to byl prostě kluk, se kterým jsem dlouhá léta pracoval,

„Kobe byl šíleně tvrdák. Hrál pořád, i s frakturou v koleni. I s téměř utrženou achilovkou se vrátil na hřiště a šel házet šestky.“

ale pro zbytek planety, pro všechny basketbalové fanoušky, to byl bůh. Byl jsem s ním v Číně a viděl miliony lidí ječet jeho jméno. Říkal jsem si, že to není možné, že je to až směšné. Bylo to jako beatlemánie. Zažil jsem tolik různých věcí, to nejlepší z nejlepšího i to nejhorší z toho špatného. Bylo to požehnání a jsem šťastný, že jsem mohl vidět i tuhle stránku. Víím, že moc lidí něco takového nikdy nezažilo. Bylo to jako jízda na kolotoči, z kterého nemůžete dolů.“

V LA Lakers jsi ale prožil triumfy i trápení.

„Měli jsme s Lakers asi tříleté neuvěřitelné období, kdy jsme někam přijeli, seřezali domácí tým na kaši a vyrazili na další štaci. To bylo samozřejmě fajn. Ale pak to začalo jít z kopce. Začali jsme prohrávat a najednou nikdo nevěděl, co s tím. Vlastníci možná taky nepřivedli ty správné kouče. Bylo to šíleně stresující pro všechny, protože jsme byli jeden tým. Tým žije společně, směje se i brečí

KOBE BRYANT, PĚTINÁSOBNÝ ŠAMPION NBA A S 33 643 BODY TŘETÍ NEJLEPŠÍ STŘELEC HISTORIE, JENŽ STRÁVIL CELOU DVACETILETOU KARIÉRU V LA LAKERS. „MŮŽU MU KDYKOLIV ZAVOLAT A ZEPTAT SE, JAK SE DAŘÍ, PATŘÍM DO TĚHLE ZÓNY KAMARÁDŮ,“ ŘÍKÁ MARKO YRJÖVUORI.



FOTO: PROFIMEDIA.CZ

společně. A když máte v týmu velká ega jako Kobe a další, a ti mají v takové situaci spolu hrát, je to hodně těžké. Byla to neuvěřitelná doba a užíval jsem si každý okamžik. Je to ale jako s válkou: když tam člověk je, tak ho to často jen strašně štve. Ale když se vrátíte domů, začnou se vám po pár letech vybavovat jen ty fajn zážitky, kamarádi a tak. Tohle se mi teď stává, pamatuji si jen ty senzační věci a už tolik nevzpomínám na to, jak jsem byl často strašně utahaný nebo jak jsme jednou v Detroitu šíleně zmokli a byli na kost promrzlí. Teď si pamatuji jen to hezký a často si musím připomínat, abych na to nezapomněl a neměl cukání jít zase zpátky. Ale už je to za mnou, mám teď svoji rodinu a děti.“

Jsou mezi nároky na špičkové sportovce ve velkých amerických ligách velké rozdíly?

„V tom, co v Americe ve sportu dělají, jsou prostě nejlepší na světě, na celé téhle planetě. Dostávají nejvíc peněz a očekává se, že v každém utkání předvedou ten nejlepší výkon. Ale nejlepší výkon u nich je úplně jiná story než třeba ve Finsku. Je tam obrovský stres, spousta tlaku od fanoušků, od klubu, od ostatních hráčů i médií. Sociální síť jsou šílené. Přijdete po utkání ze hřiště a přečtete si na sociální síti, že nestojíte za nic. Přejde k vám majitel klubu a řekne, Marko, kdy bude tenhle hráč schopnej hrát? Co se ksakru děje? Platím tě, aby ten hráč byl zdravý! Tohle byl náš job. Nevíte dne ani hodiny, druhý den můžete být bez práce. Když nějaká superstar řekne, Marko, už mě neba-víš, vypadni!, jste venku. Strávil jsem v NBA víc než dvanáct let a je to na téhle pozici možná rekord, protože tahle místa tam jsou strašně nejistá. Lidé přicházejí a odcházejí a zůstat na téhle pozici dvanáct let je děsně dlouho. Byly to krásné časy a mám z nich spoustu vzpomínek, které budu jednou vyprávět vnoučatům.“

Kdy přišel ten okamžik, kdy sis řekl, že už toho bylo dost, že končíš?

„Těch momentů bylo víc, jeden z nich bylo moje zdraví. Ne že bych byl nemocný, ale byl jsem někdy tak vyčerpaný, že už jsem nebyl schopen pořádně zregenerovat. Pracoval jsem 24 hodin denně sezonu co sezonu. Jednou v Clevelandu mi Kobe volal ve tři hodiny v noci a ptal se: Marko, kde jsi, jsi v baru? Já na to že ne, že jsem v posteli a spím. On, tak vstávej, půjdeme trénovat. Tak jsem se oblékl



↓ INZERCE

**PODPORUJEME VÁS
NA CESTĚ
KE HVĚZDÁM!**

Eva Vrabcová Nývltová, běžecké lyžování

MALL.CZ

CZECH TEAM

OFICIÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
2017 - 2020



FOTO: GETTY IMAGES

a šli jsme ve tři hodiny v noci trénovat. Nespál jsem dostatečně hodně let, a i když jsem pak dospal třeba deset hodin v kuse, neodpočinul jsem si. Tehdy jsem si začal říkat, že už toho bylo dost.“

Co na to Bryant?

„Kobe byl první, komu jsem řekl, že skončím. On na to, abych nekecal, že je to blbost. Řekl jsem, ne, fakt to myslím vážně, až skončíš, skončím taky. Povídal jsem mu pak trochu o svých plánech, že se vrátím do Finska a co bych dál chtěl ve sportu dělat a tak. On na to, že to zní dobře. Lítat jako dřív křížem krážem po celé zeměkouli už pro mě není.“

Napadlo mě to, když jsem se díval na tvoji dobu v Lakers, že když Kobe Bryant skon-

čil, odešel s ním možná i kus tvé motivace. Nebo obráceně: že jsi možná nechtěl skončit, dokud Kobe hrál?

„Možné to je. Nevěděl jsem, kam jeho kariéra směřuje, jak bude pokračovat, ani jak skončí. Když jsme spolu dělali, nijak jsem na to nemyslel. Pracoval jsem v první řadě pro tým, ne pro Kobeho osobně. Až postupně se to posunulo tak, že jsem vlastně patřil jemu, a tak to bylo po mnoho let. Ani jsem nechtěl vědět, jak to skončí, a jsem rád, že jsem to vydržel. Měl jsem možnost skončit dřív, ale rozhodl jsem se zůstat, až skončí on. Díky bohu už nepodepsal další kontrakt, protože bych tam s ním byl asi dál. Připadalo mi ale správné s ním zůstat, a tak jsem to udělal. Jen už jsem nechtěl být u toho, až Lakers začnou stavět nové mužstvo a až přivedou nějakou novou superhvězdu. Staral

„Největší odměnou mi je, když za mnou někdo přijde a řekne: Marko, byl jsem trénovat a nic mě nebolelo!“

◀ **NA ŠICHTĚ. KVĚTEN 2008 A PLAY OFF NBA, V PÉČI FINSKÉHO TERAPEUTA PŘED UTKÁNÍM SUTAHEM JE SLOVINEC SAŠA VUJAČIČ.**

jsem se o tuhle hvězdu po dvanáct let a novou už jsem nechtěl. Lidi si vždycky neuvědomují, co superhvězda opravdu je. Co to znamená být obrovskou světovou značkou a každý večer podávat ten nejlepší výkon.“

Co to tedy znamená?

„Ten kluk vydělal za svoji kariéru nějakých 600 milionů dolarů jen tím, že dělal to, co ho nejvíc baví – hrál basket. Ale lidi si neuvědomují, co je za tím. Tady v Evropě žijeme v malém rybníčku, známe naše sportovce, ale nemáme takovéhle superhvězdy. Je to úplně jiná kategorie lidí. Jsou často velmi sobečtí, protože takoví musejí být, aby se udrželi nahoře. Jsou tvrdohlaví a neústupní. Jsou strašně tvrdí sami k sobě. Jednou v Clevelandu Kobe zvrátil tři minuty před výhrou, měl strašnou střevní chřipku a bylo mu fakt zle. Ale vyběhl na plac, odehrál celý zápas, vrátil se do šatny a teprve tam zkolaboval.“

Jak jste mu pomohl?

„Museli jsme mu dávat výživu do žíly, abysme ho dali dohromady. Takovej prostě byl, šíleně tvrdák. Hrál pořád, i s frakturou v koleni. Proti Warriors si koleno poranil znovu, hrál dál a tři minuty před koncem si při faulu na něj natrhl achilovku. Byla přerušená hra, sáhl si na kotník a zjistil, že šlachy je pryč. I s téměř utrženou achilovkou se ze střídačky vrátil na hřiště a šel házet šestky, než se odšel do šatny. Lakers vyhráli 118:116 a on šel na operaci. Spousta lidí říká, že hrál divadlo, ale to je blbost, byl prostě takovej.“

Někteří lidé dokážou hrát v téhle zátěži a na takovéhle úrovni po desetiletí. Ale v šatně jsou to prostě jen lidé, kteří potřebují pomoc a podporu. I tohle obrovské sportovní divadlo závisí na vztazích...

„Když mluvíme o Kobem, měl velmi malý okruh lidí, kterým opravdu důvěřoval. Nebyl typický basketbalista, který má svoje fanynky, party kamarádů a tohle všechno okolo. Měl kolem sebe úzkou skupinku lidí, kterým věřil, a já měl to štěstí, že jsem k nim patřil. Můžu mu kdykoliv zavolat a zeptat se, jak se daří, patřím do téhle zóny kamarádů. Ale náš vztah byl vždycky profesionál-

ní a já jsem vlastně pro něj pracoval, na to nikdy nezapomínám. Myslím, že v basketu se projevuje osobnost víc než v jakémkoliv jiném sportu. Ze špičkových hráčů se stávají opravdové obchodní značky, mají své vlastní módní kolekce, rapy a tak. Není to jako v hokeji, kde je hodně hráčů a nikdo se o nikoho nestará. Vždycky říkám, že basket je víc individuální než týmový sport. Nejtěžší je pak složit dohromady hráče, kteří budou schopni hrát spolu, protože všichni už jsou individuální značky sami o sobě.“

Ale když jsi byl v Lakers, otevřel jsi i vlastní tréninkové centrum, že?

„To bylo ještě v době, kdy jsem přes léto pracoval s řadou sportovců. Našel jsem partnera, který v té době pracoval s Los Angeles Clippers, a rozhodli jsme se nabízet profesionálním hráčům letní tréninkový program. Aby prostě mohli kdykoliv přijít a kvalitně si u nás zatrénovat, protože přes léto NBA nejede. Začali jsme s jedním klukem, byl to Tyson Chandler, výborný basketbalista, kterého možná taky uvedou do Síně slávy. Byl draftovaný v roce 2001 jako dvojka a byl to náš první klient. Někomu to řekl, pak se to pomalu rozeslo a na jednou se začali trousit lidi a dívali se, co a jak děláme. Protože ti hráči se začali zlepšovat. Byli silnější a rychlejší a hráli líp basket. Takže jsme asi něco dělali správně, a na jednou jsme měli v tělo cvičně třicet lidí. Byla to bomba. Kdybych spočítal, kolik těch třicet kluků dohromady vydělávalo, tak to musely být stovky milionů. Někdy jsem si říkal, hergot, kolik mám tomuhle člověku vlastně naučovat? Ale bylo to zajímavé, najali jsme si postupně pár pomocníků, ale většinu jsem dělal já s mým partnerem Robbiem Davisem.“

Spal jsi v té době vůbec někdy? Sto zápasů v NBA a k tomu vlastní tréninkové centrum...

„No, moc jsem v té době nespál, to je fakt. Když jsme se s Lakers dostali až do finále NBA, spousta našich klientů už nehrála, a ti začínali letní přípravu už v květnu. Vzpomínám si, že když jsme v roce 2009 vyhráli první titul, u kterého jsem byl, letěli jsme z Orlanda zpátky do Kalifornie. Přistáli jsme v Los Angeles a tam už čekaly hor-



GENERÁLNÍ PARTNER
ČESKÉHO OLYMPIJSKÉHO TÝMU
1992 - 2018



**ČESKÉ OLYMPIONIKY
POHÁNÍME KE SPORTOVNÍM ÚSPĚCHŮM
UŽ 25 LET**



ŠKODA
SIMPLY CLEVER



^
ZNALEC LIDSKÉHO TĚLA.
MARKO YRJÖVUORI
POŽÍVÁ VE FINSKU
PODOBNÉ ÚCTY JAKO
V ČESKU PROFESOR
PAVEL KOLÁŘ.

dy fanoušků, hasiči stříkali na oslavu na letadlo vodu a všechny takovéhle věci. Věděl jsem, že osazenstvo toho letadla bude slavit aspoň týden. Ale já se musel sebrat a rovnou z letiště jet do tělocvičny, protože jsem tam měl pro pár kluků připravené fyzické testy. Takže to bylo jen: Gratuluju, Marko – tak jdeme na to! Takhle to tehdy vypadalo, spousta bezesných nocí a hned zpátky do práce. Vůbec jsem tehdy moc neslavil, byl jsem soustředěný jen na to, co jsem dělal. Neměl jsem čas na týden vypnout a jít se opíjet nebo dělat podobné blbiny. Pracoval jsem fakt hodně, ale k něčemu to bylo. Nakonec jsem se nestaral jen o basketáky, ale i o spoustu dalších šampiónů – volejbalisty, boxery a další. Poznal jsem řadu

sportů a sportovců, umím jim pomoci a otevřelo mi to oči. Byla to fajn doba a dělám to dál, jen na jiném místě.“

Co tě tedy láká teď?

„Tahle kapitola už je pro mne nejspíš uzavřená a popsal jsem ji v knížce, která vyšla na podzim loňského roku. Začíná nová kapitola, mým projektem je teď víc rodina. Máme taky s partnerem tréninkové centrum v Helsinkách, chtěl bych pomáhat spoustě lidí i sportovců se zlepšovat. Za pár měsíců mi bude padesát. Jsem sice pořád mladý kluk, ale rád bych víc předával dál, co umím. Pořád mě to baví, ale už nevydržím s mladejma klukama běhat jako dřív. Myslím, že jsem našel dobrou kombinaci vlastní praxe a přednášek pro kouče, sportovce i firmy. Vyprávím, jak to chodí na té nejvyšší výkonnostní úrovni světového basketu. Moje tréninkové programy běží na řadě míst po světě, ať už jde o sportovní akademie ve Finsku, v Austrálii a samozřejmě ve Státech. Pořád ještě nevím, co ze mě bude, až jednou dospěju, ale mám dál svoje sny a těším se, až moje děti budou vyrůstat. Chci pomáhat, rozvíjet svůj pohybový program a rozšířit ho do dalších sportů. Největší odměnou mi je, když za mnou někdo přijde a řekne: Marko, byl jsem trénovat a nic mě nebolelo! Kvůli tomu to dělám, kvůli těmhle klukům a lidem, které třeba devět let něco bolelo a už je to nebolí. Tohle mě baví.“

Takže je pro tebe zase důležitý vztah, kdy za tebou lidé přijdou a řeknou díky?

„Jo, přesně. Úplně otevřeně, dnes se dočkám díky víc, než když jsem se pohyboval jen ve špičkovém sportu. Lidi si fakt dokážou vážit toho, když jim pomůžu. Nemyslím si, že je to tak úplně samozřejmé, jako si to mysleli někteří sportovci. Ne všichni, ale někteří ano. Ale tak se hvězdy někdy chovají. Je to neustálé učení a to mě baví: pomáhat lidem a pomáhat jim se zlepšovat. Když jsem tu byl naposled, slyšel jsem přednášet profesora Koláře a říkal jsem si, že ten člověk je génius. Chci se učit i od něj. Naučil jsem se v životě od svých kolegů a mentorů víc, než jsem se kdy naučil ve škole. Takhle to funguje a jsem šťastný, že to mohu dělat, cestovat, vidět řadu míst a potkávat spoustu lidí.“

Takže vlastně vedeš perfektní život?

„Nevím, jestli úplně perfektní, ale něčeho jsem v životě dosáhl a splnil jsem si spoustu snů. Nikdy nejsem úplně spokojený, chci se pořád učit a dělat nové věci. Vím, že je to požehnání, jsem šťastný a zdravý a chci prostě dělat dál to, co dělám.“

