

# Teď jsem nervózní víc, přiznává trenérka úspěšných skokanů na trampolíně

24.6.2026 - Redakce ČOV | Česká olympijská

„Jsem šťastná, že se jí to povedlo, protože jsme před Olympiádou dětí a mládeže ztížily obtížnost sestavy. Přidala dvě dvojná salta,“ prozradila trenérka.

## A jak tedy tuto novou sestavu zvládla?

Jsem s ní moc spokojená. Je to její první velká akce, takže to hodně působí i na nervy a myslím si, že se s tím poprala. Dokázala ve finále opravdu předvést maximum a samu sebe přesvědčit, že na to má. A hlavně že skáče pro sebe, pro svou radost. Jak to hodnotí rozhodčí, to už je potom na nich.

## Skoky na trampolíně nejsou zase tak známá disciplína, jaká jsou její specifika?

Sice nejsou tak známé, přitom už jsou v Česku déle než 50 let. Ta tradice tady je. Je to akrobatický sport s využitím trampolíny, závodníci předvádějí v co nejvyšší výšce maximálně obtížná salta, která zvládnou. Sportovci by měli mít gymnastickou přípravu, neměli by se bát výšek a měli by zvládat i adrenalin. Je to úžasný sport, kdy létají bez křídel a mají věci pod kontrolou, je to docela cool. Zvláště vyšší level, když přejdou do seniorských kategorií.

## S tím máte zkušenosti i vy, účastnila jste se například i olympiády v Sydney 2000. Jaké ale byly vaše začátky?

Na trampolíně jsem vyrostla, moje maminka byla gymnastka a její trenér potom přešel na trampolínu, takže jsme byli ti pionýři. Tedy ta generace přede mnou byla pionýrská, tehdy se náš sport dostal do povědomí a stal se olympijským. Od té doby se toho hodně změnilo. Do sportu se vnesly technické prvky, technické měření. Měří se výška, parametry, které vyžadoval olympijský výbor - aby existovalo něco měřitelného a neovlivitelného člověkem.

## Co se ještě posunulo?

Samozřejmě výbava, protože trampolína umožňuje létat výš a i díky pravidlům sportovci skáčou čtverná, vícenásobná salta. Za mé generace byly možná dvě, tři dívky, které zvládly jedno trojné salto, teď skáčou ženy tři trojná salta, muži pět a více, takže je to mnohem vyšší level, víc adrenalinu, víc spinů a to je opravdu mnohem profesionálnější, obzvláště ve světě.

## A v Česku?

Snažíme se tomu taky dát profesionální ráda, ale daří se nám to v řádu jednotek lidí, protože oddílů není bohužel tolik, je to technicky i docela náročná disciplína. Myslím si ale, že oddíly, které v Česku máme, jsou kvalitní, a jsme tak schopni konkurovat jak v Evropě, tak ve světě.

## Když se vrátím k olympiádě v Sydney, jak na ni vzpomínáte?

Pro mě to byl obrovský zážitek, protože jsem do té doby závodila maximálně na mistrovství světa před zaplněnou halou, kde byly tak tři tisíce lidí. A pak najednou aréna a 15 tisíc, takže mi to trošičku svázalo nohy. Proto jsem hrozně ráda, že tady na Olympiádě dětí a mládeže mají děti možnost zažít takovou multisportovní akci. Že už budou vědět, jak to probíhá, jaký je systém, že je zahájení. Myslím si, že je to naprosto fantastický projekt, který Český olympijský výbor pro sportující mládež dělá, obzvláště v dnešní době, kdy mají spoustu rušivých elementů a pohodlnějších aktivit, než aby se věnovali sportům.

## Bývala jste víc nervózní jako závodnice, nebo teď jako trenérka?

Jsem nervózní, samozřejmě, když vím, že skokanům o něco jde, ale já se jenom držím žíněnky a strašně moc jim přeji, aby dokončili to, na čem pracovali celou dobu. Takže si myslím, že jsem možná nervóznější víc jako trenérka, ale snažím se to nedávat najevo.

**Co byste vzkázala mladým sportovním gymnastům, gymnastkám nebo obecně sportovcům, kteří letos nastupují na Olympiádě dětí a mládeže?**

Ať dělají to, co milují, ať to vydrží co nejdéle i přes překážky, na které narazí. Ať je to třeba zranění, ať je to smutek, že jim uniknou školní výlety, akce nebo kina s kamarády. Ta cesta stojí za to. A myslím si, že jsou v prostředí, kde jim kamarádi, možná i soupeři, rozumí daleko víc než běžná populace, která nechápe, že tráví tolik hodin v tělocvičně. Přála bych jim hodně výdrže, sil a radosti. Úspěch se dostaví.

Text: Ivana Miklendová

<https://www.olympijskytym.cz/article/ted-jsem-nervozni-vic-priznava-trenerka-uspesnych-skokanu-na-trampoline>