

Z úspěšného závodníka koučem: Jako trenér jsem se naučil vážit slova!

29.1.2024 - Markéta Kosová | Česká olympijská

Roli mentora - ambasadora přijal také nyní na Olympijských hrách mládeže v jihokorejském Kangwonu. „V našem sportu je hrozně důležité mít posuny ve výsledcích už v juniorské kategorii. S čím lepšími výsledky přijdete mezi seniory, tím vás rozhodčí víc berou. Když člověk vletí do seniorské kategorie bez toho, že by udělal medaili na mistrovství světa juniorů, je strašně těžké se propracovat nahoru, trvá to dlouho,“ popisuje úskalí krasobruslení. „V jiných sportech to ale tak být nemusí, je to o individualitě a o sportu, který zrovna děláte.“

Ještě coby aktivní krasobruslař nakonec zakotvil na západním pobřeží Ameriky – v Los Angeles. Nyní tu jako trenér vede početnou skupinu závodníků od těch pětiletých až po jednadvacetiletého Georgie Reshtenka, který na nedávném evropském šampionátu skočil ve volné jízdě tři čisté čtverné skoky a vybojoval deváté místo.

„Není to jen má zásluha. Já pracuju, a vždycky jsem to tak měl, v týmu. Měl jsem trenéra na ledě, na suchu, na piruety i fyzio. Snažím se to tak mít i se svými svěřenci. A mám štěstí, že jsem ve skupině Rafaela Arutuniana, kde pracuje celá řada takových trenérů,“ vysvětluje Březina. „Já se starám o technickou část, dávám jim také dohromady plány. Strašně v ten tým věřím. V dnešním pojetí sportu se to ani nedá jinak dělat. Pokud máte tým sportovců, pak potřebujete i tým trenérů.“

Ač nakonec každý závodník musí na ledě předvést svůj krasobruslařský um sám, za jeho úspěchy stojí tým lidí, kteří se o něj starají. „Není to jen závodník a jeden jeho trenér, které vidíte v televizi. I to je důvod, proč se náš sport tak posunul. Vždyť na posledních olympijských hrách skočil vítěz šest čtverných skoků a další medailisté čtyři nebo pět. Začali totiž dělat individuální sport týmově,“ myslí si.

Dobrý trenér by podle Březiny měl umět naslouchat svým závodníkům. „Měl by jim rozumět. Vědět, co potřebují bez toho, aby mu to řekli,“ je si jistý. „Takový vztah se ale buduje dlouho. Trvalo mi asi rok, než jsem dosáhl toho, aby mi Žory (Georgii Reshtenko) věřil. Myslím ale, že jsem rychle pochytil, že nemůžu brát všechny svěřence stejně. Každý je jiný, na určitá slova reagují odlišně. Naučil jsem se vážit slova, aby je děcka vzala tak, že se něco naučí, a ne že jim to říkám, abych je dostal dolu.“

Přesto i Březina dobře ví, že také on ve své trenérské praxi teprve stoupá vzhůru. „Jako trenér mám ještě hodně věcí, které se potřebuju naučit. Můj mentor Rafael má už 45 let odpracovaných jako trenér. On, když přijde na led, vidí, co dělá závodník špatně během pěti vteřin, a to já ještě neumím,“ uvažuje bezmála čtyřiatřicetiletý Březina. „Sice věci vidím, dokážu je popsat a dětem vysvětlit, ale ještě nemám takové to oko, kdy bych přišel a řekl: Jo, ten je dobře! Rafael tohle umí. Trvá delší dobu, než si tuhle vizuální věc vybudujete.“

<https://www.olympijskytym.cz/article/z-uspesneho-zavodnika-koucem-jako-trener-jsem-se-naucil-vazit-slova>