

Od dětských lumpačin po hodinu sportu denně. V pohybu vidím radost, říká prezident Pavel

27.1.2025 - Vendula Holková | Česká olympijská

Jaké byly vaše sportovní začátky?

Byl jsem hrozně živé a zlobivé dítě. Od okamžiku, kdy jsem se naučil chodit, bylo hodně těžké mě udržet. Pořád jsem někam utíkal a vymýšlel nějaké lumpačiny spojené s pohybovou aktivitou.

Jaký sport vás v dětství nejvíc bavil?

Hokej. Byl to první sport, na který jsem se oficiálně dostal. Předtím jsem většinou jenom lítal s klukama po hřišti. Ale hokej mě začal moc bavit, a asi proto jsem mu v životě zůstal ze všech sportů nejméně.

Vybavujete si nějakou hru ze svého dětství?

Já jsem dětské hry zas tak moc rád neměl. My jsme raději lezli po stromech, případně po lešení. Vždycky jsme vymýšleli spíš to, co se nesmělo. A ty dětské hry jsou většinou takové ukázněné, a proto mě zas tak moc nebavily. Nikdy jsem nebyl moc rád organizován.

Vzpomínáte na svého prvního tělocvikáře nebo tělocvikáře obecně?

Od páté třídy jsem chodil na sportovní školu, na sportovní gymnastiku. Můj tělocvikář a zároveň trenér byl takový sportovní terorista. Dával nám hrozně zabrat. Ale samozřejmě v dobrém. Moc nás naučil a opravdu nás motivoval. A do dneška si myslím, že některé metody, byť byly možná z pohledu dnešních dětí trochu brutální, nám do života určitě daly víc než zacházení v bavlne.

Šel vám ve škole šplh a další takové tělocvikářské aktivity?

Šlo mi to, a dokonce jsem v tom dělal pomocníka některým mým spolužákům, kterým to nešlo tak dobře, a kvůli tomu měli horší známku z tělocviku. A hlavně šplh na laně, na tom jsem si zakládal, že jsem byl vždycky mezi nejlepšími ve třídě.

Jak často sportujete ve vašem aktuálním pracovním nasazením?

Je to těžké, protože člověk od rána do večera, kolikrát i o víkendu má plno oficiálních povinností, takže se v nich snažím aspoň trochu vyčlenit nějaký čas pro sebe. Ne vždycky se mi to daří, ale většinou si tu hodinku, hodinku a půl na to, abych se proběhl, případně si zacvičil, najdu. Teď jsem na Hradě využil jednu místnost, kterou mám hned za kanceláří, a pořídil jsem si do ní běhací pásy i činky. Takže když mám čas, tak si otevřu okno, pustím si nějaký podcast a dám si tak pět šest kilometrů běhu, chvilku si zacvičím a pak jdu pracovat dál.

Co pro vás osobně sport znamená a co vám dává do života?

Ve sportu jsem vždycky viděl radost, a především, když jsme hráli hry, tak mě na tom vždycky bavila taková ta soupeřivost a týmová spolupráce. Potom, když jsem začal s běháním, hlavně delších tras, tak to byla taková sonda do vlastní duše. Protože když člověk běží čtyřicet, padesát kilometrů, tak

má spoustu času na přemýšlení a také na něj přijdou krize. Tak se je učí překonávat, poznávat vlastní limity. Já jsem to vždycky bral jako formu vyčištění hlavy. Mně se u sportu velice dobře přemýšlí, zvlášť u běhání. Člověk přijde na spoustu věcí, na které by možná, kdyby pořád seděl v kanceláři a pil jedno kafe za druhým, ani nepřišel.

<https://www.olympijskytym.cz/article/od-detskych-lumpacin-po-hodinu-sportu-denne-v-pohybu-vidim-radost-rika-prezident-pavel>