

Kondiční trenér **Petr Slavík** říká:

Práce se psy je snazší, lidé jsou tvrdohlavější

PETR VEČEŘA

Opava – Petr Slavík se narodil 27. dubna 1979 ve Slavkově a vystudoval Fakultu sportovních studií na Masarykově univerzitě v Brně. V současné době pracuje jako osobní trenér, výživový poradce a také masér. Ve svých čtrnácti letech začal poprvé navštěvovat posilovnu a později se věnoval soutěžní kulturistice. Mezi juniory byl čtvrtý v republice a na mistrovství České republiky ve sportovní kulturistice mužů získal páté místo. Dva roky pracoval jako kondiční trenér extraligových volejbalistů VK Opava. V posledních letech se jeho velkou vášní stala lovecká kynologie, které se věnuje se svým maďarským ohařem Jerryem.

Když jste byl dítě, čím jste chtěl být?

Odmalička jsem miloval zvířata, takže jsem jako malý chtěl pracovat v zoo, nebo alespoň prodávat ve zverimexu. Později jsem dokonce dělal přijímačky na veterinu, ale asi usoudili, že se beze mě veterinární lékařství obejde. Ale nestěžuji si. Povoláním se mi stala další obrovská vášně a zvířata mi zůstala jako koníček.

Jak jste se dostal k posilování?

Ve svých třinácti letech jsem uviděl v trafikce časopis o kulturistice. Na obálce byl Vince Taylor a jeho postava mě uchvátila. Časopis jsem si koupil a hltal všechny informace v něm. Začal jsem cvičit doma s podomácku vyrobenou činkou a později i v posilovně. No a drží mě to dodnes a něco mi říká, že mě to hned tak nepustí. A už nejde jen o fyzický vzhled, ale hlavně o celkovou duševní pohodu.

Co říkáte na mobilní fitness aplikace, které lidem radí, jak zhubnout?

Jsem rád za všechny metody a způsoby, které lidem pomohou být zdravějšími, výkonnějšími a spokojenějšími. Vždyť to je přesně to, o co se ve své profesi snažím. Každý si může vybrat, co mu vyhovuje. Ale ať se jedná o mobilní aplikaci, nebo živého trenéra, výsledná práce zůstane



PETR Slavík se věnuje také lovecké kynologii. Společně s ohařem Jerryem už slaví první úspěchy. Foto: archiv Petra Slavíka

vždy na samotném člověku a jeho silné vůli. Tohle za nikoho žádná aplikace nevyřeší.

Jak nejraději relaxujete?

Úplně ideální relaxace je pro mě spánek, kterého se mi poslední dobou nějak nedostává. Ale jinak nejraději relaxuji někde v přírodě, s rodinou a se psem. To mi stačí ke štěstí.

Umíte si představit život bez sportu?

Tak to jednoznačně neumím. Lidské tělo je stvořeno k pohybu a při dnešním standardním životním stylu, kdy člověk mnoho hodin prosedí u počítače, za volantem, u televize atd., je bezpodmínečně nutná pohybová kompenzace. Naštěstí to vypadá, že bez sportu si život nedovedu představit nejen já, ale taky čím dál více lidí, takže v tomto směru jsem optimista.

Která sportovní akce vás v poslední době nejvíce zaujala?

Těch je hodně, ale vyzdvihl bych letošní mistrovské soutěže v kulturistice juniorů, kde můj svěřenec Michal Mrůzek obsadil

na mistrovství Moravy 3. místo a na mistrovství ČR 6. místo. Dále mě velice zaujal Wimbledon a hlavně výkony našich tenistek. Je radost se na ně dívat.

Jak jste se dostal ke kynologii?

Psy jsme měli odmalička doma já i moje manželka, a když jsme začali spolu bydlet, tak bylo jasné, že dlouho bez psa nezůstane. Vybrali jsme si maďarského ohaře. O loveckém výcviku jsem neměl ani nejmenší tušení, ale říkal jsem si, že mu zkusím poskytnout jeho přirozené vyžití, ke kterému byl dlouhodobě šlechtěný. Musím říct, že pohled na náruživě a od daně pracujícího ohaře je úžasný. Kynologie mě pohltila také díky tomu, že jsem měl štěstí na správné lidi kolem sebe.

Je snazší trénovat psy, nebo lidi?

To záleží kus od kusu (*smích*). Ale obecně je to asi snazší se psem. Ten bude dělat všechno pro to, aby svému pánovi udělal radost. Důvěru vám pes vždy oplátí. Člověku můžu radit, jak nejlíp umím, ale stejně si to udělá po svém a výsledky se ne-

dostaví. Takových lidí je bohužel hodně a mám z nich potom pocity marnosti, ale pak jsou taci, kteří rady dodržují, a pak máme společnou radost z výsledků. Důležité je být dobrý psycholog a vědět, jak s každým jednotlivcem pracovat.

V čem je specifické dělat kondičního trenéra volejbalistů?

Práce s volejbalisty pro mě byla výborná zkušenost, na kterou velice rád vzpomínám. Hlavní rozdíl je v tom, že můj klienti mě vyhledají, když stojí o mé služby. Volejbalisté jsou placeni klubem a kondiční trénink musí absolvovat, ať chtějí, nebo nechtějí. A ne každému se kondiční dřina zamlouvá. Takže jsem pro ně musel udělat tuhle dřinu atraktivnější. Naštěstí většina chápe, že tohle k vrcholovému sportu patří.

Která historika vás v poslední době nejvíce pobavila?

Zábavných historek zažívám při své profesi spoustu, ale nejradši mám ty, které zažívám se svými dětmi. Například včera jsme si prohlíželi fotky z jedné kynologické akce a manželka se ptá naší dvouapůlleté dcery. „Lucinko, kdo je to na té fotce?“ A ona na to: „To je pšece můj milovaný Jerry, co mě požádá nůčá.“

Jaký sen byste si rád splnil?

Já bych byl spokojený, kdybych zůstal co nejdéle v době dobré psychické i fyzické kondici a kdyby všichni moji blízcí byli šťastní. A pokud mám být konkrétní, tak bych se chtěl jednou zúčastnit jako vůdce Memoriálu Karla Podhajského, což je nejvyšší možná soutěž ohařů v ČR a může se jí zúčastnit vždy jen deset nejlepších. To by byl opravdu zážitek z říše snů.

vizitka

Petr Slavík

Bydliště: Slavkov
Povolání: osobní trenér a výživový poradce
Vzdělání: Masarykova univerzita v Brně
Rodina: manželka Radka, dcery Tezeza a Lucie