

Letní škola aikido oslavila čtvrtstoletí

Boskovice * Již pětadvacátý ročník oslavila v minulém roce Letní škola aikido Ondřeje Malina. Týdenní seminář, který velký kus historie strávil v Letovicích, se poslední roky přesunul do Boskovic. A i tentokrát se těšil zájmu desítek sportovců. Zkušený lektor Ondřej Malina, držitel šestého daru, se věnuje také lednímu hokeji či filmovému kaskadérství. A své umění divákům ukáže na podzim také ve speciálním televizním seriálu.

Letní škola se stejně jako před rokem uskutečnila v tělocvičnách ZŠ Sušilova. Před třemi lety však aikidisté vyzkoušeli i zimní stadion. „Byl to obrovský prostor s konstantní teplotou. Bylo to tam skvělé. Ale zase ubytování bylo daleko. Tady máme zázemí hned na dvoře, jsme blíže centru, penzionům," prozradil Malina na startu druhé části týdenního semináře. „Ondra je starý hokejista, bylo to pro něj speciální. Ale na Sušilově je to luxusní, já konkrétně jsem tu doma a také jsme nemuseli stěhovat tatami. Pro letní školu jsme si navíc půjčili další z André Citroëna, kde máme úžasnou spolupráci s panem Ošlejškem," doplnil vedoucí boskovického oddílu Karel Trefný.

Na letošní školu dorazilo přes šedesát účastníků. Například z pražského Karlína, Žatce, Trutnova nebo České Třebové. Další dorazili až na víkendovou část. Tradičně nechyběl také volný den, určený pro jiné sportovní aktivity. „Trochu jsme změnili pravidla, aby mohli zvítězit i ti slabší. Proto fotbalový turnaj vyhráli kluci ze Žatce," smál se Malina. Nechyběl ale ani šprtec, pétanque nebo hod sudem.

V pátek ale začala druhá polovina náročného programu. „Na víkend přijede o třetinu více lidí a nemůžete dělat věci náročné na prostor. Principy jsou ale stejné, pořád se využívá síla útočníka," přibližuje. „V této zátěži člověk běžně absolvuje jeden, dva tréninky za týden. Tady je to dvakrát denně. Po třech dnech se tak trénink musí přizpůsobit únavě.



Spíše se dělají věci proti statické síle, dynamický trénink se dá trénovat vždy jen chvíli," pokračuje s tím, že na letní škole získaný základ tréninku vydrží účastníkům nejméně na následující dva měsíce.

Aikido je v současné době také zajímavým doplňkem pro ostatní sporty. Zároveň alespoň částečně nahrazuje na školách dnes chybějící gymnastickou přípravu. „Vztah ke sportu celkově upadá, protože to znamená námahu. Aikido by mělo podporovat a pomáhat rozvíjet i další sporty. S gymnastikou je možná podoba v kotoulech nebo padání," říká Malina. „Vedoucí sportovních kroužků v Boskovicích dobře poznají, které děti prošly aikidem, protože se nebojí spadnout. Občas zařadíme prvky, které suplují gymnastiku. Od lezení na laně, hrazdy, kruhů nebo tyče. Pořád si myslím, že je to takový přirozený pohyb," říká Trefný. Ten zároveň spoléhá také na osobnostní rozvoj svých žáků. „Do dalších sportovního i osobního života se jim snažíme vštípit sebevědomí. Přiznám se, že trochu hraju na mazáctví, byť na bázi přátelství. Starší mají zodpovědnost za mladší a ti by zase měli mít ke starším respekt," myslí si.

Právě boskovický oddíl patří dlouhodobě mezi nejpočetnější z celé republiky. A další sezonu začne v září náborem nových členů.

„Zveme všechny, ženy i muže. Právě pro ženy je aikido dobrou sebeobranou například v okamžiku, kdy většina přistěhované populace nerozumí slovu ne," poukazuje Trefný. „V dnešní stále napjatější době je to dobrá cesta sebeobran. Někoho praštit je hezké, ale praštitte jednou a povětšinou jste hned v trestním řízení. Aikidem se dokážete leckterým útokům vyhnout, vyřešit situaci i postojem," poukázal.

Letní škola Ondřeje Maliny nicméně zapsala v minulých dnech již pětadvacátý ročník. „Až mě to děsí. Takhle dopředu jsem nikdy nepřemýšlel. Doufám, že budeme ještě dva, tři roky takto pokračovat. Dokud nám bude sloužit zdraví," říká Malina. „Chtěl bych poděkovat městu, že tady můžeme cvičit, i Karlu Trefnému, že nám to zprostředkoval, částečně zorganizoval a stará se o nás," děkuje Malina, který se již brzy objeví také ve speciálním seriálu, který divákům přiblíží právě bojové sporty. „Jedná se o asi dvanáctidílný akční seriál pro televizi Seznam, kde budou různá bojová umění s bojovníky na výborné úrovni jako Procházka nebo Vémola. Kromě MMA, kickboxu tam bude například i aikido. Chtěl bych tedy pozvat lidi, které baví akční věci, aby se na podzim podívali," říká Malina, který se v seriálu sám představí. (Luke)