



# Přepište dějiny!!!

**Mistrovství Evropy v BRAZILSKÉM JIU-JITSU – pro našince donedávna pojem skoro jako z jiného světa. Vždyť pravidelné tréninky tohoto trochu exotického sportu se datují, co já vím, teprve od roku 2006. Trochu pozdě, když si vezmeme, že první Vale Tudo zápas na území naší republiky se uskutečnil v roce 1996 a každé malé dítě už dnes ví, že Vale Tudo bez znalosti brazilského jiu-jitsu je to samé jako chleba bez salámu – dobrý, ale něco tomu chybí.**

Dnes se však píše rok 2010. Porodní bolesti jsou za námi, náš prcek se už naučil chodit. Počet oddílů věnujících se této bohubilé zábavě v kimonech vzrostl o pár prstů na ruce a o své pevné místo v kalendáři se neodbytně hlásí několik BJJ turnajů posouvající naši kvalitu vpřed. Svou cestu za

hranice České republiky si již našlo bezpočet zvučných jmen, ověřených nejenom černými pásy, ale i mnoha tituly z ADCC, mundialů, pan nebo evropských mistrovství, jako jsou například Dean Lister, Robin Gracie, Augusto Vieira, John Kavanagh nebo Rodrigo Medeiros. Zdá se, že se blýská na lepší časy.

A tak není divu, že se i na mezinárodním poli čeští závodníci osmělují. Po nepříliš dlouhém rozkoukávání začínáme vozit medaile tu z Polska, tu z Maďarska, Rakouska nebo Německa. A když se zdá, že jim střední Evropa leží u nohou, už je jen malý kousek od myšlenky podrobit

si starý kontinent celý.

Jsou zde ale malá úskalí, a teď již se vracím k tomu, proč tento článek vlastně píše, k mistrovství Evropy.

Za prvé finanční: turnaj si nemůže dovolit každý (důkaz ryzího amatérismu a nadšení pro sport). Ale kdo si v téhle době všechno dovolit může? Snad jen naši politikové.

akce. Ano, čtete dobře, šest hodin od oficiálního začátku mé divize jsem čekal na svůj první mač. A není divu, když se tohoto turnaje rok co rok zúčastňuje kolem šesti až sedmi set závodníků z celého světa. Proto je také turnaj rozdělen do čtyř dnů. Krize nekrize. Proč píšu z celého světa, když je to mistrovství Evropy? Protože je to otevřené mistrovství a může se ho zúčastnit vlastně kdokoli. Ať již Brazílci, kterých je zde každý rok nepočítaně, Amíci, Afričané nebo kluci a holky z Asie. A to nejen mladíci, ale i staříci, kteří zde mají své divize až do nějakých padesáti pěti plus. Prostě kdokoli.

O tom, jak prestižním podnikem mistrovství Evropy ve skutečnosti je, svědčí účast těch největších špiček a celebrit světového BJJ, jako jsou Roger Gracie, Braulino Estima, hvězda MMA Babalu Sobral a další a další.

Ale zpět k mým peripetiím s kimonem. Hlavně by měli zbystřit ti, co přemýšlí, že by se nějaké té akce pod hlavičkou IBJJF v budoucnosti zúčastnili. Důležitá je šířka a délka rukávů a pásku. Šířka límce, barva kimona a umístění reklam a nášivek. To vše vám pomocný rozhodčí kontroluje před vstupem na zápas. A když si na tyhle

věci pozor nedáte, může se vám stát, že vás rozhodčí nepustí ani si čuchnout k tatami a nepomůže vám ani rozčilování, jaké jsem viděl u jednoho z černých pásků, když mu rozhodčí řekl, že jeho gi odporuje pravidlům.

Většina závodníků má proto v záloze ještě jedno kimono, kdyby náhodou to jejich oblíbené neprošlo. To samé jsem při své druhé návštěvě turnaje, každoročně pořádaného v Lisabonu, udělal i já. Do své tašky jsem si zabalil modré Manto velikosti A2 a pět dní před turnajem jsem si v prodejně Hayashi na Nových Butovicích dokoupil modrou Naju velikosti A3, která mi byla jen o něco málo větší. Po konzultaci s Robinem Gracie, který těsně před turnajem vedl shodou okolností v Praze seminář, jsem nabyl přesvědčení, že by Manto mělo bez problémů splňovat všechna přísná kritéria, ale znáte to, sichr je sichr. Také svůj léty ošoupaný modrý pásek jsem přibalil do batohu jen z piety, a na soutěž si půjčil nový, o číslo širší lvanův.

Takto vybaven jsem ve středu, tři dny před zápasem, přistál v portugalské metropoli společně se svou přítelkyní Alenou a Adamem Vaněčkem, který měl zápasit již ve čtvrtek. Čtvrtým

členem naší Penta gym výpravy a třetím závodníkem byl můj trenér brazilského jiu-jitsu Darek Sack, který se k nám připojil až ve čtvrtek, společně s jeho kamarády, závodníky z polské Copacabany.

Ošemetný vyřazovací systém zvaný pavouk nakonec nemilosrdně připravil mé parťáky o možnost bojovat o medaile, a tak bylo na mně, abych tu smělu prolomil.

Pouhé dva dny mi zbývaly na to, abych tam nahore zařídil vše potřebné pro vytoužený úspěch. V místní zoo jsem se nechal políbit lachtanem (prý nosí štěstí), od pouličního prodávče si nechal vnutit náramek za dvě eura jen proto, že vyslovil slova GOOD LUCK a těsně před závodem se zaradoval z toho, že přítelkyně šlápla do hovna, což údajně přináší peníze, ale teď vím, že i štěstí. A mohlo se jít na věc.

Čtvrtfinálový zápas s Francouzem Gumerym Thibautem z AAM LEZ LANN byl na programu v pátek od jedenácti hodin. Vyvolávač zamrmal mé jméno do mikrofonu, a nebyt toho, že jsem na tribuně v obrovské vřavě zachytil jméno svého oddílu, seděl bych tam dodnes. Zamířil jsem tedy do čekací zóny.

Za druhé: malá znalost prostředí a pravidel, která jsou svým způsobem jasná, ale přitom opředena rouškou tajemství. O čem, že to mluvím? Uvidíte.

Když jsem se v roce 2008 poprvé zúčastnil mistrovství Evropy, myslel jsem, že mi stačí ta troška nadšení dokázat, že něco umím. Popravdě jsem si vůbec neuvědomoval, že jen zběžné pročtení pravidel mohlo moji účast na turnaji změnit na obyčejný čtyřdenní výlet po Lisabonu. Kdyby se mě neujal pomocný rozhodčí a nestřhal z mého nového, stoprocentně v Brazílii vyrobeného kimona jednu čtvrtinu reklam, jel jsem bez pardonu domů. Jen jeho benevolence a včasný párací zákrok mi umožnil, po šestihodinovém čekání na první zápas, zúčastnit se této



Masculino, azul, pena, senior 1. Tak v této kategorii jsem soutěžil. A teď česky: muži, modré pásky, váha do 70 kg, věk 35-40.

Po nezbytné kontrole pasu, kimona a váhy, ta se na BJJ turnajích kontroluje těsně před zápasem, mě spolu s Francouzem pomocný rozhodčí odvedl na tatami číslo jedna.

Zápas začíná, stejně jako

ty další, v mém guardu. Po ustálení pozice se pokouším o přetočení. Úspěšně. Jen místo na soupeři končím mezi jeho nohama. Snažím se tedy přejít do side mountu, což se mi po chvíli daří a dostávám od rozhodčího body. Pokračuji dál do full mountu a pokouším se o páku na ruku. Francouz se bohužel ubránil, ale svým manévrem mi nabídl záda.

Přimačkávám ho k podlaze a snažím se pracovat na škrce. Marně. Rozhodčí píská a zápas je u konce. Vítězím vysoko na body.

V semifinále, asi po deseti minutách odpočinku, se střetávám s Maurem Grillim z Tribe JJ Roma. Opět začínáme v mém guardu, ale tentokrát se Ital pokouší překonat mou obranu ze stoje. Naštěstí se mu to

nedaří, a asi v polovině zápasu se mu snažím nasadit omoplastu, kterou nakonec využívám k přetočení a zisku rozhodujících bodů. Tento stav vydrží až do konce, a ze mě je finalista.

Ve finále na mě netrpělivě čeká polský závodník Radoslav Malinows z Berserker's Teamu. Trenér Darek Sack mě před zápasem upozorňuje, že tento oddíl má v oblíbené hody a zakládá si na jejich dokonalém provedení. Léhat vzduchem se mi moc nechce, a tak začínáme zápas s těžištěm proklatě nízko a pak šup s Polákem do guardu.

Přetočení se mi tentokrát daří tak na 80 % a i z následné páky a trianglu mi mrštný soupeř „záhadně uniká“. Dokonce se mi dostává do zad, ale naštěstí svou techniku neprovádí dobře, a já ho přetáčím, což ho stojí titul mistra Evropy. V závěru se mu ještě pokouším dostat na back mount, ale nakonec končím tam, kde jsme začali. V guardu. V této pozici za neutuchajícího Darkova povzbuzování dovádím zápas až do úspěšného konce. Hvízd. Je dobojováno. Zvedáme se a jdeme doprostřed zíněny. Rozhodčí mi zvedá ruku. Stávám se mistrem Evropy!

Po půlhodinovém čekání pod stupni vítězů se konečně dočkám, a mohu vystoupat na stupeň nejvyšší.

Závěrem bych chtěl poděkovat všem skvělým členům Penta gymu za to, že mi v tréninku nedali nic zadarmo a že mě dovedli tak vysoko. Dále klukům z varšavské Copacabany za skvělé sparingy, kterými mě připravili na tak prestižní turnaj, a firmě Enervit za skvělé doplňky. V neposlední řadě mé poděkování patří Adamu Vaněčkovi za pomoc při udržování dobré nálady a mé přítelkyni Aleně za podporu a hlavně porozumění, bez něhož bych byl možná čímkoli, jen ne mistrem Evropy. Nelze opominout Darka Sacka, kterému vděčím za výbornou přípravu a cenné rady, kterými mě dotlačil až na vrchol.

*Autor*





# Dan Barták - rozhovor

**Dane, dříve jsi se věnoval Vale Tudo jako závodník. Dnes závodíš v BJJ. Jaké jsou mezi těmito disciplinami rozdíly?**

Když pomenu to, že jde v podstatě o jiné sporty s jinými pravidly atd. Pro mě osobně je nejdůležitější, že BJJ dělám pro zábavu a abych se udržel ve formě.

**BJJ je v Česku poměrně nové a ani ty jsi zákonitě neměl možnost se mu věnovat tak dlouho, jako jiní borci na ME. Jaký je mezi nimi a tebou rozdíl?**

V tomto ohledu je právě mistrovství Evropy, potažmo světa, velmi zajímavé. Nemusíte BJJ dělat nijak zvlášť dlouho, abyste uspěli a třímali zlatou medaili. Hlavní výhodou je rozdělení do kategorií dle dosaženého

technického stupně a věku. Není třeba čekat na černý pás, abyste se takové akce mohli zúčastnit. Můžete s BJJ začít i v pokročilém věku a stále máte šanci stát na bedně. Podívejte se třeba na francouzského fotbalistu, který skončil s fotbalem, pár let potrénoval a získal další evropské zlato. Samozřejmě rozdíly mezi závodníky jsou nesmírné a konkurence veliká.

**Začínal jsi s BJJ už s myšlenkou na takový úspěch?**

Dosud jsem jezdil na turnaje spíš jako na výlet. Sice jsem na nějakou tu placku myslel, ale moc jsem tréninku nedával, hlavně, co se fyzické přípravy týkalo. Poslední půlrok jsem ale změnil strategii, pro mě v podstatě líného člověka, zcela zásadně. Když na turnaj, tak 100% připraven. A co víc,

když jsem se rozhodl jet do Lisabonu na ME, přítelkyně mi jasně řekla: „když nevyhraješ, tak tě zabiju“ (šlo totiž o finančně poměrně náročný výlet a bylo s tím spojeno spoustu vyřizování atd.). To se potom jinak trénuje.

**Prozradíš nám něco ze své přípravy? Na co jsi se nejvíc soustředil?**

Intenzivně jsem se začal připravovat tak od půlky listopadu. Změnil jsem stravu a snažil se přejít na dvoufázový trénink pětikrát týdně. Ne vždy jsem to ale dodržel. Ne, že bych nechtěl, ale jsem přece jen starší člověk a musím poslouchat své tělo. Do svého programu jsem zařadil tzv. Cavemana, jakousi obdobu kruhového tréninku, který mi pomohl zvýšit mou fyzickou kondici. Pak samozřejmě techniky a sparring s klukama.

**Sám v článku říkáš, že BJJ je u nás sportem nadšených amatérů? Myslíš, že se to po tvém úspěchu změní?**

Rád bych tomu věřil, a musím být realistou. Pozornost médií a široké veřejnosti se zaměřuje na jiné sporty, a kdyby se nějaký ten shot v televizi objevil, jen

málokdo si zapamatuje název sportu, či mé jméno. Chce to čas, než si lidé zvyknou.

**Bojoval jsi v kategorii modrých pásů. Jak člověk získá modrý pás? Znamená to, že na závodech nastoupíš proti velmi vyrovnaným soupeřům?**

Každý oddíl, či organizace, to má jinak. Například já jsem získal modrý pás od svého bývalého trenéra už po necelém roce tréninku. Což bylo dle mého dnešního názoru příliš brzo. Ale jak už jsem řekl, každý trenér uděluje pásy podle svých regulí a až na tatami se ukáže, jak na tom jste.

**Kromě závodění BJJ také učíš. Vychováváš si budoucí mistry Evropy? Máš pod sebou závodníky, kteří by měli na umístění?**

Podle mě už na letošní šampionátu mohlo cinkat víc medailí. Je škoda, že letos nejel např. Ivan Hromník, Aleš Frýba, David Kobylák nebo David Endrýs. A takových nadějí je u nás v Penta gymu spousta. Budu tedy doufat, že se příští rok kluci osmělí a vyrazí soutěžit na evropské tatami.

