

Oranžová barva je symbolem optimismu, mláďa a radosti ze života



MAKEJ!
ČÍM RYCHLEJI
PÍCHÁŠ, TÍM
RYCHLEJI
JEDEŠ!

MÁME HŮLKY V RUCE

SLEDGE HOKEJ

Sportovat vsedě se dá nejen u ligy mistrů v televizi!

TEXT LUKÁŠ NOVÁK FOTO ADAM MARŠÁL

Chytal za hokejové áčko ve Znojmě. Když mu bylo osmnáct, jel prohnat svou rychlou káru. Už deset let je na vozíku. Ale Honza Matoušek je borec, který nic nevzdává. Když nám do redakce napsal, jestli se nechceme zúčastnit tréninku sledge hokeje, všichni se otočili na mě. Proč takovéto úkony vždycky vyjdou na mě? Proč zrovna já musím dostat zápráh na ledě a proč zrovna od nejlepších sledge hokejistů v republice? Pozvánka na večerní trénink SHK LAPP Zlín ale nešla

odmítnout! U PSG arény nás vítá Honza a hned nás bere do šatny.

Amputáči vs. jednozořáci

V první řadě, sledge hokej je sportem hlavně pro ty, kteří ochrnuli na dolní končetiny. A těch je hodně, protože jak nám Honza prozradil, jsou mezi nimi *parouši*, tedy paraplegici, *jednozořáci*, *amputáči* nebo *kratasy*, což jsou ti, kteří mají obě nohy pryč. Slangem se rozhodně nešetří. Pravda je, že když jsme vstoupili do šatny, zdravé nohy by zde člověk spočítal na prstech těch svých. Čeho si ale všimnete hned vzápětí, je neskutečně dobrá nálada a hlásky létající po kabině, jako kdybychom byli na tréninku Jágr Teamu. Všichni okolo nás poskakují po zbylých nohou, případně pojíždějí na vozíčkách, a já kromě dresu s číslem 68 dostávám i svou sledge.

„Každý z nás má jinou na míru. Taky nože má každý jinak, záleží na stylu bruslení. Někdo je má od sebe dál, někdo u sebe. Náš kapitán má minimální povolenou rozteč, a to je půl centimetru. Já mám úplně speciální sledge, na které nemám



Čtyřicet minut na sledgi a v očích smrt. A ta bolest v tříšlech!

žádné nože, ale silony. Jako brankář potřebuju popojíždět na místě do stran, a to by na nožích bylo nanic,” říká Honza.

Moje rozteč je asi dva centimetry. Tohle nedopadne dobře, říkám si, když se soukám do tepláků. A jak se Honza vlastně ke sledge hokeji dostal: „Bylo to jednoduchý, před úrazem jsem byl brankář Znojemských orlů. Po zranění jsem zkusil ledacos, ale stejně jsem skončil zase v brance. Asi dva roky jsem plaval, ale pak mi došlo, že furt čumět do vody, plavat ode zdi ke zdi, a ještě k tomu bez kolektivu, to není nic pro mě.

Z jedné strany čepel, z druhé hroty na odpichování. Hlavně si to nepoplést!

**TEĎ ZROVNA SEDÍM ROVNĚ, ALE
DRŽET PORÁDNĚ STABILITU SE PRÝ
DÁ NAUČIT NEJDRŮV TAK ZA MĚSÍC.**

...ceje mají sledge
...ost blízko nad ledem,
...šíkem povinná



Těch cynických hlášek,
co jsme v kabině slyšeli!
Černý humor ve zlíne
rozhodně nechybí.



S Adamem se divíme, že je Honza až ze Znojma, je to přece jen 160 kilometrů, ale prý když chce člověk hrát za nejlepší tým v republice, tak na nějaké kilometry nekouká. Kromě Zlína hrají sledgohokejovou ligu i v Karlových Varech – to jsou prý nejzdatnější soupeři –, v Praze na Spartě, v Pardubicích, Olomouci a ve Studénce. Ale teď už se jde na led!

Čím jsi rychlejší, tím jsi stabilnější

První šok je, že mě ke sledgi přilepili gafou. Tedy trup je uchyten do sedátka popruhy, ale kotníky jsou přidělané ke kovové konstrukci na fest. To, že s nimi ani nehnu, ocením vzápětí na ledu. Tím, že máte celé tělo zafixované, vás to nutí držet rovnováhu. Prostě musíte! Prvních pár povolení na bok mi odhaluje jednoduchou rovnici – čím rychleji jedu, tím lepší mám stabilitu. A jak že se jede? Každý sledgohokejista má dvě minihokejky. Z jedné strany jsou klasické čepele a z druhé strany bodce, kterými se odpichujete od ledu. V mém případě jsem s nimi i brzdlil, z čehož asi rolbaři neměli moc radost. Netrvá dlouho, a leje ze mě jako z konve. Další zásadní věcí

**MÁME TU ‚PAROUŠE‘,
TO JSOU PARAPLEGICI,
PAK ‚AMPUŽÁKY‘,
‚JEDNONOŽČE‘... A HRAJÍ
S NÁMI I ‚CHOĎÁCI‘, TO
JSOU TI ZDRAVÍ.**



Nohy je potřeba pevně
přikurtovat ke sledgi



Honza moc dobře ví,
co mě čeká. Já jsem
pln očekávání a obav.

totiž je kovový ‚zobáček‘ sledge pod kotníky. Aby to při hokeji nebrzdilo, musí být stále těsně nad ledem, takže držíte balanc nejen ze strany na stranu, ale i zpředu dozadu. Moje ‚rádobybřišáky‘ tak dostávají nejhorší kouř za posledních deset let. A nejen ty. ‚Nejhorší to je na břišáky, ramena, ruce... A hrají s námi i zdraví borci, to je v český lize i ve světě povoleno, a ty samozřejmě bolí i nohy a chytají je křeče,‘ směje se Honza. V zápalu trénování se ptám jednoho obzvláště funičního borce, co nejvíc bolí jeho. Odpověď je obzvláště cynická: ‚Já jsem bohužel zdravěj, takže mě chytaj strašný křeče!‘ Ano, to přesně vystihuje sledgohokej. Pro zdravé jedince neboli ‚choďáky‘ je to mnohem obtížnější, protože na sledgi tahají celou váhu, a navíc zapojují svaly na nohou, i když to není nutné. Vše pak bolí mnohem víc.

Pojďte si to zkusit sami

Po čtyřiceti minutách mám dost. Už dokážu objet led okolo mantinelu, dokážu i udělat nájezd (byť extra slow motion) na Honzu a vystřelit a i přes



Nespornou výhodou sledgohokeje je možnost střelit levačkou i pravačkou

únavu mě to fakt baví. Adam neobratně prohlásí, že si vzal kecky, takže už od ledu ani necítí nohy. Měli byste vidět ty pohledy. Ale pak se kluci začnou smát. ‚Je nás málo, proto každý, po úrazu nebo zdravý, kdo by chtěl sledgohokej zkusit, je vítán,‘ říká mi Honza po tréninku. Naslouchám mu v předklonu, protože díky bolavým tříslům se prostě nemůžu narovnat. Odměnou je mi smích a pozvánka na další trénink, prý zase za týden. No nevím, borci, nevím. Asi bych vám to kazil, protože jste fakt dobří.



Převlíknout, na vozíku až k ledu a hop trénovat!