

ZPRAVODAJ

ČESKÉ UNIE SPORTU | 3/2025



SPORTUJ S NÁMI

Rada ČUS
převzala rezignaci
předsedy
Miroslava
Janstý

Výkonný výbor
svolal řádnou
valnou hromadu
ČUS na
25. června

Projekt
ČUS Sportuj
s námi se vrátil
k původnímu
názvu

WWW.CUSCZ.CZ

OBSAH

- 3** Rada České unie sportu převzala rezignaci předsedy ČUS Miroslava Janstý
- 4** Břežnový VV ČUS se věnoval přípravě řádné 43. valné hromady České unie sportu
- 5** Projekt ČUS Sportuj s námi s původním názvem
- 6** Rozhovor se členy Rady ČUS: Každodenní činnost pokračuje bez omezení
- 8** Aktivní Česko a kulatý stůl: Pohyb a sport se musí stát jednou z politických priorit
- 9** Libor Varhaník kandiduje na předsedu Českého olympijského výboru
Vláda podpořila tři sportovní akce mimořádné důležitosti pořádané v České republice
- 10** Asociace psychologů sportu radí: Sportovní talent - komplexní přístup
- 12** Projekt ČUS Sportuj s námi objektivem fotoaparátu
- 13** V dubnovém kalendáři ČUS Sportuj s námi 37 akcí
- 14** Startuje jubilejní, 10. ročník iniciativy Díky, trenére. Letos se zaměří také na prevenci dětské obezity
- 15** Hospodářské noviny: Zákon, který by dal sportu vlastního ministra, je definitivně u ledu
- 16** Poradna Českého Antidopingu: „Nekuřácký nikotin“ a sportovci - očekávání a realita

Foto na titulní straně: Jubilejní ročník Krkonošské 70 v běhu na lyžích počátkem března měřil letos kvůli ne právě příznivým sněhovým podmínkám „jen“ 55 kilometrů. I tak byl náročnou prověrkou pro jednotlivce i pětičlenné hlídky. Nejrychleji dorazili do cíle zástupci Vysokoškolského sportovního klubu MFF Praha.

Foto: Stopa pro život

Zpravodaj ČUS vydává Výkonný výbor České unie sportu - www.cuscz.cz. Adresa redakce: Zátokova 100/2, 169 00 Praha 6, tel. 724 014 643. Distribuováno zdarma v elektronické podobě. Uzávěrka vydání: 30. března 2025. Za správnost a věcný obsah textů ručí jednotliví autoři. Zkratky: Komunikační tým ČUS = KT ČUS. Použité fotografie - archiv ČUS. ISSN 1212-1061

Rada České unie sportu převzala rezignaci předsedy ČUS Miroslava Jansty

Rada České unie sportu převzala dopis právního zástupce Miroslava Jansty, v němž oznámil, že rezignuje na pozici předsedy České unie sportu. S touto informací byl také seznámen Výkonný výbor ČUS na svém jednání 18. března. Rada ČUS a Výkonný výbor ČUS vzaly rezignaci Miroslava Jansty na vědomí. Oficiálně odstoupí z funkce ke dni řádné Valné hromady 25. června 2025 v Nymburce, kde se bude volit nový předseda ČUS.

Miroslav Jansta patří k nejvýraznějším osobnostem českého sportovního prostředí. V roce 2012 byl zvolen poprvé předsedou České unie sportu, největší české sportovní organizace, která sdružuje naprostou většinu českých národních sportovních svazů, klubů a tělovýchovných jednot a má více než milion členů.



ví národa. Jeho filozofií je decentralizované řízení sportu - kluby, jednoty a svazy jsou zcela autonomní. Prosadil přímé financování klubů prostřednictvím dotačního programu Můj klub.

O jeho autoritě v českém sportu svědčí skutečnost, že v červnu 2024 byl zvolen na valné hromadě počtvrté za sebou předsedou ČUS hlasy téměř všech přítomných delegátů národních svazů a sportovních klubů.

„V čele České unie sportu trval na detailních a veřejných výročních hospodářských zprávách. Rozhodně neřídil ČUS autokratickým způsobem, právě naopak. Zasedání Rady i výkonného výboru řídil demokratickým způsobem a velmi často uměl přijmout názor druhých při řešení důležitých otázek. A právě proto byl tak úspěšný a dosahoval výsledků,“ prohlásil Marek Hájek, místopředseda ČUS.

„Předsednictví a sportovně organizační činnost v ČUS měl vedle své advokátní praxe jako svého koníčka. Z České unie sportu učinil významného hráče v zastupování sportovního prostředí. Úspěšně vyvedl ČUS z krize po pádu Sazky a ukázal, že i aktuální čtyřletý plán, včetně ustavení samostatného ministerstva sportu, je splnitelný a ČUS ho bude dále naplňovat,“ dodal Marek Pakosta, místopředseda ČUS.

„Přestože korupční kauza kolem nemocnice Motol nemá podle dosavadních, veřejně známých informací spojitost se sportovním prostředím, oceňujeme toto rozhodnutí pana Jansty a věříme, že tento krok umožní bezproblémovou kontinuální činnost České unie sportu,“ uvedla ve svém prohlášení Národní sportovní agentura.

Zdroj: ČUS a NSA



Hned na počátku svého působení odvrátil v ČUS insolvenční situaci, zachránil její bonitní majetek a v průběhu prvních čtyř let organizaci ekonomicky stabilizoval. Zároveň jako jeden z klíčových hráčů pravidelně jednal a dosahoval konkrétních úspěchů v jednání o zlepšení podmínek sportovního prostředí a posílení financování sportu. Prosazoval a dosáhl vzniku Národní sportovní agentury a podporoval rozvoj její činnosti.

Miroslav Jansta se aktivně podílel na přípravě a úpravách sportovní legislativy a strategických vládních dokumentů. Vždy přitom prosazoval suverenitu sportovních spolků jako jednoho z pilířů občanské společnosti, reprezentace státu a zdra-

Březnový VV ČUS se věnoval přípravě řádné 43. valné hromady České unie sportu

Třetí zasedání Výkonného výboru České unie sportu v letošním roce se uskutečnilo 18. března v Praze na Strahově. V aktuální informaci vzal výkonný výbor na vědomí rezignaci předsedy Miroslava Jansty. V dalším průběhu jednání se dále zaměřil na přípravu červnové řádné Valné hromady ČUS, schválil předběžné zprávy o hospodaření a majetku organizace za rok 2024 a zabýval se také předfinancováním územních pracovišť ČUS v krajích a okresech.

V úvodu jednání byli členové VV ČUS seznámeni s informací od právního zástupce Miroslava Jansty o jeho rezignaci na post předsedy České unie sportu ke dni konání řádné Valné hromady ČUS 25. června 2025. Bylo projednáno a konstatováno, že veškeré kompetence předsedy jsou rozděleny mezi ostatní členy Rady, činnost České unie sportu je v celé šíři zajištěna, všechny procesy včetně správy majetku pokračují bez omezení a územní servisní pracoviště ČUS jsou plně funkční.

Dále byl VV ČUS seznámen s rozhodnutím Národní sportovní agentury o přidělení dotace České unii sportu v rámci výzvy Zastřešující sportovní organizace na rok 2025 ve výši 104,5 milionu korun, z níž je více než 91% určeno na činnost územních pracovišť ČUS. Na základě rozhodnutí NSA připravuje ČUS smlouvy pro konečné příjemce dotace - svá územní pracoviště v okresech a krajích, které budou obsahovat podmínky pro čerpání přidělených prostředků.

Jednání s předsedou NSA

Místopředseda ČUS Marek Pakosta informoval o komunikaci ČUS s předsedou NSA Ondřejem Šebkem, se kterým bude pokračovat v jednání o prioritních tématech ČUS, jimiž jsou financování sportu ze státního rozpočtu 2026, obnova Sportovního centra Nymburk a pokračující proces ke zřízení samostatného ministerstva sportu.

Místopředseda ČUS Marek Hájek zhodnotil účast ČUS na Valné hromadě Českého klubu sportovních svazů, organizací a institucí (ČKSOI), složky Českého olympijského výboru, jehož je ČUS členem a kde zástupce ČUS nebyl zvolen k účasti na Plénu ČOV. VV ČUS poté podpořil pokračování úsilí o změnu diskriminačních stanov ČOV tak, aby každý člen ČOV včetně ČUS - zakladatele ČOV - měl právo účasti na jednání nejvyššího orgánu ČOV.

Valná hromada 25. června v Nymburce

VV ČUS se dále věnoval přípravě 43. řádné Valné hromady ČUS a rozhodl o jejím svolání na předem plánovaný řádný termín 25. června do Sportovního centra v Nymburce. Seznámil se také s osnovou Zprávy o činnosti VV ČUS od minulé valné hromady a uložil generálnímu sekretáři ČUS Janu Boháčovi na příštím výkonném výboru 15. dubna předložit první verzi této zprávy.

Generální ředitel ekonomických agend Pavel Benda předložil a komentoval první verzi Zprávy o hospodaření ČUS k 31. prosinci 2024. Jím prezentovaná podrobná data z ekonomické analýzy potvrdila pozitivní hospodářské výsledky. Vhodné investice do energetických úspor, příznivé klimatické podmínky v případě Plaveckého areálu v Podolí a celkově úsporné hospodaření ČUS se v hlavní i běžné hospodářské činnosti promítly do zisku čtyřiceti milionů korun. „Prostředky, generované z dividend a darů, budou použity v souvislosti s připravovanou prioritní investicí České unie sportu, kterou je rekonstrukce a modernizace Národního sportovního centra v Nymburce a která předpokládá ze strany ČUS povinnou finanční spoluúčast,“ uvedl místopředseda ČUS Marek Pakosta.

Také první verze Zprávy o majetku ČUS k 31. prosinci 2024 přednesená Pavlem Bendou prokázala, že obchodní společnost s majetkovou účastí ČUS jsou ekonomicky stabilní a zdravé.





Projekt ČUS Sportuj s námi bude pokračovat pod původním názvem

Předfinancování územních pracovišť ČUS

Než dojde k administraci přidělené dotace na činnost, VV ČUS řešil finanční zabezpečení činnosti svých 89 územních pracovišť. Ta jsou určena pro podporu administrativy sportovních klubů, regionálních sportovních svazů i organizací sportu v regionech. VV ČUS rozhodl o jejich předfinancování uvolněním další zálohy v celkové výši 14,8 milionu korun a současně schválil návrh metodiky financování územních pracovišť ČUS v roce 2025.

Generální sekretář ČUS Jan Boháč informoval o oboustranně prospěšném semináři k aplikaci

zákona o zadávání veřejných zakázek ve sportu, který uspořádala Česká unie sportu v součinnosti s Ministerstvem pro místní rozvoj ČR. „Je to další aktivita z portfolia služeb ČUS pro sportovní svazy. Bylo velice důležité, že i ministerstvo načerpalo specifické problémy sportovního prostředí, což vytváří předpoklady pro případnou úpravu legislativy,“ konstatoval Jan Boháč, jenž současně uvedl, že Česká unie sportu vypracovala také vzorový etický kodex k využití pro sportovní svazy, který navazuje na Národní etický kodex vydaný NSA a více zohledňuje další potřeby svazů.

Projekt ČUS Sportuj s námi s původním názvem

Členové VV ČUS byli informováni o změně, která nastala v rámci projektu České unie sportu Sportuj s námi. Ten bude od 1. dubna pokračovat už bez titulárního partnera - společnosti Tipsport - pod původním názvem ČUS Sportuj s námi. „S Tipsportem nám končí smlouvy a poslední půlrok jsme byli v jednání o pokračování spolupráce. Řešili jsme některé nové formy propagace partnera, který má však více příležitostí, jak podporovat sport pro všechny. Projekt ale fakticky od ledna běží a bude i nadále pokračovat,“ uvedl Filip Hobza, jednatel společnosti ČUS Sportuj s námi, s.r.o.

V důsledku této změny dojde také ke změnám v komunikaci projektu a jeho partnerů. Tyto úpravy se budou týkat například nového loga nebo vizuální podoby projektu na komunikačních kanálech i na jednotlivých akcích. Všechny akce, které do projektu zařadil VV ČUS, budou finančně podpořeny. Výše tohoto příspěvku však bude známa až po uzavření finálního rozpočtu projektu v květnu tohoto roku. Vedení ČUS zároveň jedná s dalšími subjekty o jejich pozici hlavního mediálního partnera projektu.

Autor: KT ČUS, foto: ČUS Sportuj s námi

Rozhovor se členy Rady ČUS: Každodenní činnost pokračuje bez omezení

Místopředsedové ČUS Marek Hájek, Marek Pakosta a generální sekretář ČUS Jan Boháč jsou členové čtyřčlenné Rady ČUS, statutárního orgánu České unie sportu, kteří při absenci předsedy ČUS Miroslava Jansty převzali jeho agendu a kompetence. V nepřítomnosti předsedy pokračuje ČUS v plném provozu. Výkonný výbor a Rada se pravidelně scházejí, čini potřebná rozhodnutí a profesionální aparát sekretariátu ČUS má všechny podmínky pro svoji práci, včetně poskytování služeb národním svazům. Stejně tak územní pracoviště ČUS - Servisní centra sportu ČUS v okresech a krajích pokračují ve svém působení. Předfinancováním z vlastních zdrojů ČUS je od začátku roku zajištěna jejich činnost ještě před obdržetím státní dotace z NSA. Ta dorazila na ČUS právě v těchto dnech.

Jak organizace na nečekanou událost reagovala a co čeká ČUS v nejbližších měsících? Odpovědi nabízejí členi Rady ČUS v rozhovorech pro Zpravodaj ČUS.

JAN BOHÁČ, generální sekretář ČUS

Co se dělo v prvních hodinách po zadržení Miroslava Jansty? Neochromilo to Českou unii sportu?

Absence jednoho ze čtyř členů rady nebo jednoho ze sedmnácti členů výkonného výboru nemůže ČUS ochromit. Profesionální aparát centra ČUS v Praze poskytuje každodenní služby národním svazům a spravuje sportovní střediska v Nymburce, na Zadově, a v Praze-Podolí. Pracuje kontinuálně bez závislosti na aktuální dostupnosti volených orgánů, i předsedy. To samé platí i pro práci územních pracovišť - servisních center sportu ČUS v okresech a krajích. Tam probíhá každodenní činnost spočívající v poskytování podpory agendy dotáční, ekonomické, legislativní a sportovní místním sportovním klubům a územním svazům. Povinná administrativa



spolků je stále náročnější, proto registrujeme požadavky po servisu územních pracovišť.

Jak celá záležitost s Miroslavem Janstou reputačně postihla ČUS?

Každý zřetelně vnímá, že se nejedná o sportovní kauzu, je to kauza týkající se fakultní nemocnice v Motole. Pokud by obvinění souviselo s činností ve sportu, problém by to byl. Zde se jedná o soukromou záležitost zcela odtrženou od sportovní oblasti, a neměla by být nijak spojována s činností České unie sportu nebo sportu jako takového.

Během března jste převzali rezignaci od právního zástupce Miroslava Jansty na pozici předsedy ČUS. Jak to přesně bude s volbou nového předsedy. A kdo do té doby řídí ČUS?

Výkonný výbor pokračuje v přípravách řádné valné hromady ČUS, kterou svolal do Sportovního centra Nymburk na středu 25. června. V dubnu schválí program valné hromady, kde ke standardním bodům bude zařazena volba předsedy ČUS. Nominace kandidátů předpokládám v květnu a v červnu bude zvolen předseda, čímž bude vedení ČUS znovu kompletní. Podle stanov řídí organizaci v období mezi valnými hromadami výkonný výbor a statutárním orgánem je Rada ČUS. Kompetence a odpovědnost předsedy převzali členové Rady - místopředseda Marek Pakosta řeší více agendu národních sportovních svazů, Marek Hájek zejména oblast územních pracovišť ČUS a podpory sportovních klubů a tělovýchovných jednot. Já se soustředím na řízení organizace a koordinaci všech procesů.

Kdo v tuto chvíli komunikuje místo Miroslava Jansty s vnějším prostředím?

Všichni členové rady, přirozeně. Jsme tým. Jednáme spolu v pravidelných intervalech a plnohodnotně komunikujeme s vnějším prostředím, zejména s Národní sportovní agenturou a dalšími. Jak ve věcech státní podpory v oblasti sportu, tak v záležitostech legislativy a organizace sportu. Klíčový pro chod organizace je odborný profesionální aparát v ústředí ČUS, který je pro Radu a Výkonný výbor velkou oporou.

MAREK PAKOSTA, mistopředseda ČUS

Bude mít rezignace Miroslava Janstvy vliv na dotace pro ČUS a sportovní prostředí?

Určitě ne, není k tomu žádný důvod. Jedná se o soukromou záležitost zcela odtrženou od sportovních záležitostí. Organizace na ni nemohla mít žádný vliv a členové ČUS nemohou být v souvislosti s kauzou motolské nemocnice jakkoliv postiženi. Jsme rádi, že tohle přesně Národní sportovní agentura respektuje. ČUS vykazuje své hospodaření a nakládání s dotacemi zcela transparentně, agentura má každoročně k dispozici podrobné informace a může vyhodnotit účelovost poskytovaných dotací. Jsme s Národní sportovní agenturou v kontaktu a pomáháme jí i tím, že v devadesáti územních pracovištích ČUS odbavujeme každodenně desítky dotazů ze sportovních klubů, například v souvislosti s využíváním dotace z programu Můj klub.

Takže bude také po tomto problému financování sportovních svazů zajištěno?

Rozhodně ano, podpora činnosti národních sportovních svazů ze státního rozpočtu je v kompetenci Národní sportovní agentury a kauza motolské nemocnice na to nemůže mít vliv. Jsme rádi, že podpora svazů z NSA oproti loňskému roku mírně narůstá. Další vývoj financování svazů bude závislý od výše podpory sportu ze státního rozpočtu na rok 2026. A to je věc, o které bude ČUS jednat s NSA a zástupci politické reprezentace státu.

Co bude dělat ČUS pro to, aby se povedlo prosadit ministerstvo sportu? Budete jednat s politickými stranami?

Politické subjekty se šancí uspět v podzimních parlamentních volbách určitě sport neopomenou. Všeobecně se ví o tomto dlouhodobém záměru ČUS, budeme proto v jednáních s jejich představiteli hledat cestu, jak dosáhnout toho, aby sport mohl mít zastoupení ve vládě. Je to o programu politických stran a je to o povolebním uspořádání a o programu nové vlády. Tam potom napřeme síly. Věřím, že společně s dalšími klíčovými sportovními subjekty, včetně ČOV.



MAREK HÁJEK, mistopředseda ČUS

Zaznamenali jste reakce z řad klubů na rezignaci Miroslava Janstvy?

Vím, že většina sportovního prostředí rezignaci zaznamenala, stejně tak předsedové sportovních klubů. Ti zároveň vnímají, že Miroslav Jansta se za ně dokázal mnohokrát postavit. Povedlo se nám prosadit přímé financování ze strany státu do klubů. Dotační program Můj klub, jehož principy jsem s Miroslavem Janstou pro ministerstvo připravoval, je momentálně naprosto klíčová podpora pro sportovní kluby a tělovýchovné jednoty, které pracují s mládeží a přivádí děti ke sportu. Dokonce pro 53 procent klubů je to přímo existenční pomoc.



Je financování ČUS v regionech zajištěno?

Ano. Dotace na letošní rok od Národní sportovní agentury dorazila. ČUS má s nárůstem administrativy sportovních spolků stále větší opodstatnění. Zejména ve fungování územních pracovišť, poskytujících podporu činnosti sportovním klubům a územním svazům v každém regionu. Administrujeme pro regionální svazy i TJ/SK všechny služby od segmentu legislativy, přes ekonomiku a účtování, po dotace a podmínky k organizaci sportu. Samozřejmě také administrujeme pro TJ/SK proces celé dotační agendy včetně programu Můj klub a dotací municipalit, od vyhodnocení výzvy, přes přípravu žádosti, dokumentace, dat rejstříku, po podávání žádosti i následné vyúčtování. Pro Národní sportovní agenturu, která důležité dotace vypisuje, odfiltrováváme první část případné chybovosti v žádostech Můj klub a také klubům a TJ sloužíme jako hlavní zdroj komunikace, informací, postupů, vyhodnocení výzev z NSA. Tohle všechno si v NSA uvědomují.

Mají kluby dostatek prostředků pro svoji činnost nebo stále chybí?

Na tuhle otázku nám pomáhají odpovědět průzkumy, které pravidelně realizujeme mezi zástupci klubů. V tom loňském odpovědělo přes 2000 klubů a 55 procent z nich stále postrádá dostatek prostředků na svoji činnost, ale od roku 2017 se to postupně lepší. Ale 69 procent z nich nemá dostatek prostředků na provoz a údržbu sportovního zařízení. Taková je realita. *Zdroj a foto: ČUS*

Aktivní Česko a kulatý stůl: Pohyb a sport se musí stát jednou z politických priorit

Česko patří mezi země s nejvyšší spotřebou léků na osobu, což by zdravý životní styl mohl snížit až o 30 procent. Podle studií proto každá veřejně investovaná koruna do pohybu a sportu přinese úsporu pěti korun na zdravotních nákladech. O tom, proč není zdravý životní styl pro českou společnost stejnou prioritou jako v jiných vyspělých zemích, diskutovali zástupci politických stran, odborníci na veřejné zdraví a zástupci sportovních organizací a dalších neziskových i komerčních institucí na kulatém stole s tématem „Pohyb jako společenská, vzdělávací, zdravotní i politická priorita“, který uspořádal v Praze Nadační fond Aktivní Česko.

Jedním ze zakládajících subjektů tohoto nadačního fondu je také Česká unie sportu, jejíž zástupce se jednání na půdě Hospodářské komory ČR zúčastnil.

„Využíváme volebního roku k otevřené diskusi s odborníky a především politiky, abychom apelovali na změny, které posunou podporu aktivního životního stylu dál - ať už jde o úpravu zdravotních benefitů pro zaměstnance, efektivnější cílení a využívání fondů prevence zdravotních pojišťoven, nebo další rozvoj politických a legislativních nástrojů pro podporu sportu a pohybu jako nedílné součásti primární prevence. Současně si musíme uvědomit, že pozitivní vztah k pohybu a ke sportu je nutné budovat v dětském věku a měla by to být jedna z důležitých strategických investic do vzdělávání,“ uvedla předsedkyně Nadačního fondu Aktivní Česko, viceprezidentka Hospodářské komory a členka Výkonného výboru ČUS Jana Havrdová.

Sport a pohyb přispívají 2,7 procenty k národnímu hrubému domácímu produktu Česka. Přesto zdravý životní styl a jeho podpora u většiny politických stran nepatří k hlavním prioritám jejich volebních programů. Jak to změnit? Na tuto otázku hledali odpověď účastníci kulatého stolu, kteří se shodli, že zvýšení pohybových aktivit obyvatel má prokazatelně pozitivní vliv nejen na zdraví populace, ale



i na veřejné finance. Pravidelný pohyb jednoznačně pomáhá snižovat výskyt civilizačních chorob, což by vedlo k miliardovým úsporám v oblasti zdravotní péče.

„Sport, pohyb, zdraví a zdravý životní styl jsou dlouhodobě podceňovanými tématy. Proč? Jednak to nepůsobí jako důležitá, mediálně atraktivní témata. Druhá zde funguje tzv. resortismus - část se řeší ve zdravotnictví (prevence), část ve školství, něco na Úřadu vlády či na Ministerstvu financí. Ten poslední důvod je nejsmutnější - výsledky skutečné reformy a principiálních změn v této oblasti budou vidět nejdříve za 6-8 let, tedy v následujících volebních obdobích. Proto se to tak těžko prosazuje. Přitom jde o téma, kde se investice do zdraví (infrastruktura, prevence, projekty) jednoznačně finančně vrátí, byť s velkým zpožděním. Například prodloužit věk dožití ve zdraví o rok znamená pro státní rozpočet plus jedno procento HDP,“ argumentoval poslanec Patrik Nacher.

Nadační fond Aktivní Česko dlouhodobě upozorňuje na alarmující úroveň pohybové neaktivity v české společnosti a vyzývá k systematickému řešení této problematiky v rámci veřejné politiky. Kromě osvěty a podpory sportu na školách je podle fondu nutné zaměřit se i na rozvoj infrastruktury pro pohybové aktivity a odstranění bariéry, které brání lidem v aktivním životním stylu. Účastníci jedním hlasem vyzvali politické strany, aby zahrnuly podporu pohybu a sportu mezi své hlavní priority ve volebních programech a podpořily opatření vedoucí ke zvýšení pohybové aktivity napříč generacemi.

Zdroj: Aktivní Česko a Hospodářská komora ČR

Libor Varhaník kandiduje na předsedu Českého olympijského výboru

Český olympijský výbor bude volit nové vedení 30. dubna. O pozici předsedy se ucházejí dva kandidáti. Kromě dosavadního předsedy Jiřího Kejvala, jenž je v čele ČOV od roku 2012, oznámil svou kandidaturu také Libor Varhaník, dosavadní místopředseda ČOV pro ekonomiku a marketing, předseda Českého atletického svazu a člen Výkonného výboru České unie sportu.

„Jako předseda druhého největšího sportovního svazu v České republice chci usilovat o jasné vydefinování role Českého olympijského výboru vůči národním sportovním svazům, ale také ostatním střechním sportovním organizacím tak, aby se staly jednotným, relevantním a silným partnerem pro jednání s vládou České republiky, představiteli politických stran, státní správou a municipalitami,“ uvedl Libor Varhaník.

O volby do ČOV je velký zájem. O funkci místopředsedů bude usilovat deset kandidátů



- aktuálně je pět místopředsedů, nově by však měli být čtyři. Dalších jednatřicet zájemců usiluje o místa ve Výkonném výboru ČOV. V souladu s Olympijskou chartou v něm má zajištěné místo předsedkyně Komise sportovců Nikol Kučerová a stejné pravidlo platí i pro Jiřího Kejvala jako člena MOV.

Zdroj: ČOV a iSport.cz
Foto: Facebook Český atletický svaz

Vláda podpořila tři sportovní akce mimořádné důležitosti pořádané v České republice

Vláda ČR schválila návrh Národní sportovní agentury na podporu tří významných sportovních akcí mimořádné důležitosti pořádané v České republice.



**NÁRODNÍ
SPORTOVNÍ
AGENTURA**

Jedná se o tři ročníky závodu **Velké ceny České republiky MotoGP** v Brně v letech 2025-2027, na něž pořadatel (Autoklub České republiky) obdrží každý rok 100 milionů korun. Částkou 56 milionů korun pro Svaz lyžařů České republiky podpoří NSA uspořádání **Světového poháru v alpském lyžování ve Špindlerově Mlýně** v roce 2026 a až 175 milionů korun dostane postupně v letech 2027 až 2029 Český olympijský výbor na pořádání **Evropského olympijského festivalu mládeže 2029 (EYOF)**.

„Tyto akce mají nejen mezinárodní prestiž na poli sportovním, ale také významný mediální a ekonomický potenciál a představují nezanedbatelný přínos pro veřejné rozpočty i podporu podnikatelského sektoru v místech konání. Zároveň je skvělé, že jde o kombinaci podpory profesionálního a vrcholového sportu i o akci pro mládež,“ uvedl předseda NSA Ondřej Šebek.

Návrh na usnesení vlády ČR o podpoře těchto akcí prošel standardním procesem a podpora je kryta rozpočtem NSA. V návaznosti na toto usnesení bude pokračovat proces realizace podpory pro jednotlivé akce ze strany NSA, která pro každou akci připravuje Výzvu obsahující detailní specifikaci podmínek pro konkrétní žadatele.

Zdroj: NSA

Asociace psychologů sportu radí: Sportovní talent – komplexní přístup



Česká unie sportu zahájila úzkou spolupráci s Asociací psychologů sportu. Ta se dlouhodobě specializuje nejen na oblast samotné sportovní psychologie sportovců, jejich rodičů nebo trenérů, ale mezi její priority patří také oblast prevence negativních jevů ve sportu. Také v tomto vydání zpravodaje přinášíme další zajímavé zkušenosti těchto odborníků.

x x x x x

Co je to sportovní talent? Je člověku vrozený, nebo se v průběhu jeho života vyvíjí? Jak jej můžeme rozpoznat a jakým způsobem rozvíjet? Klíčová sdělení jsme shrnuli do *Desatera o talentu*.

1. Každý má svůj sport

Není jen jeden sportovní talent. Jen těžko můžete totiž srovnávat výkon ve sprintu, volejbalu, maratonu nebo v šachách. Proto platí - kolik druhů sportu, tolik druhů talentu. A pokud vám žádný sport nesedne, proč si nevymyslet vlastní?

2. Hlava versus tělo

Fyzické a pohybové předpoklady se pro úspěch v jednotlivých sportech hodně liší. Některé se dokonce vzájemně vylučují. Oproti tomu dobrá psychika (např. schopnost zvládat neúspěchy, víra ve vlastní schopnosti a rozhodnutí, schopnost přijímat a zvládat emoce, schopnost koncentrace ale i relaxace, myšlení zaměřené na rozvoj



Na velikosti (ne)záleží
(Jan Koller vs. Roberto Carlos)

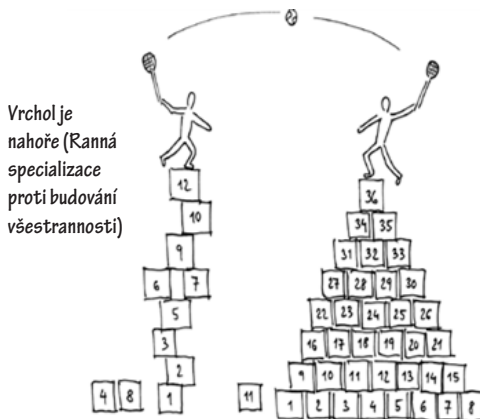
a řešení problémů, duševní rovnováha) a silná motivace je potřeba ve všech sportech bez rozdílu. Nezanedbávejte je. Právě ony vás přivedou k růstu výjimečnosti. Ostatně, věděli to už staří Řekové, když razili myšlenku *kalokagathie* - propojení hlavy a těla.

3. Finále jsou vzdálená a síta zbytečná

Posuzovat sportovní talent před tím, než dítě projde pubertou, je většinou z křišťálové koule. Ani nejmodernější věda vám v tom moc nepomůže. Proto je mnohem lepší se zaměřit na rozvoj všech dětí. Těch pár výjimečně talentovaných se prosadí a ostatní přivedeme ke zdravému životnímu stylu.

4. Pozor na to, co říkáme o talentu!

Řeči o talentu mají na děti spíše negativní dopad. Navíc vzniknou očekávání, a s tím přijde tlak na výkon: jak to, že nevyhráváš, když jsi talentovaný? A také naopak: výrok o netalentovanosti vede u dětí často ke skončení se sportem - proč bych to dělal, když na to stejně nemám?



5. Talent se může objevovat i mizet

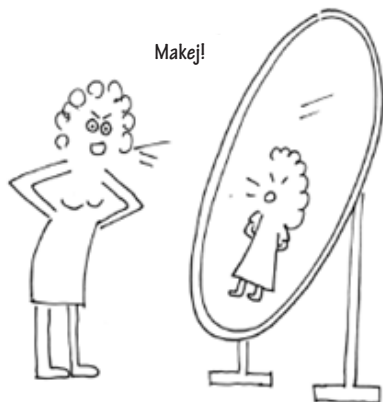
Sportovní talent se vyvíjí. Celý život. Základem jsou sice vlohy, ale velkou roli hrají také vlivy prostředí. Talent se proto v průběhu života dítěte může měnit: nečekaně objevovat i mizet. Klíčem je proto poznávat dítě průběžně, záměrně uplatňovat jeho přednosti a rozvíjet to, co je možné.

6. Specializace talentu škodí

Nejlepší je, aby si dítě hrálo a rozvíjelo se všestranně. S výběrem konkrétního sportu lze vyčkat! Zaměření na jeden sport od útlého věku deformuje. Dítě se naučí specifické pohybové návyky. Ty mu paradoxně mohou zabránit úspěš v jiném sportu, pro který dokonce mělo původně lepší předpoklady. Zároveň cepováním a tlakem na výkon v jedné disciplíně razantně zvyšujete pravděpodobnost zranění, přetrénování, syndromu vyhoření či ztrátě smyslu. Většina špičkových sportovců v raném dětství nedrilovala.

7. Probud'te vášně pro sport

Do reprezentace se probouje méně než 1 procento sportovců. Cílem sportování proto není jen to, aby se z každého stal mistr světa. Mnohem důležitější je vytvořit ke sportu vztah. Mít radost z pohybu. Těšit se z něho. Objevit kouzlo zdravého životního stylu. Žít aktivní spokojený život. To v člověku zůstane i poté, co se nestane novým Jaromírem Jágrem.



8. Sport si vybírá dítě, ne rodič

Rodič dělá za dítě spoustu rozhodnutí. Tato rozhodnutí by však vždy měla směřovat k tomu, aby dítě mělo v budoucnu co nejvíce vlastních voleb - aby v dospělosti mělo na výběr, co chce dělat. Dobrý rodič proto vede dítě ke sportu, ale při výběru konkrétní disciplíny se nechá vést dítětem. Dobrý trenér dětí a mládeže pak nechává své svěřence zkoušet - obohacuje trénink o různé disciplíny, umožní dítěti střídát posty, a učít se různé pohyby. Nelpí na tom, že se dítě musí věnovat

právě jeho sportu - ponechává možnost změnit klub či disciplínu. Vychovává pro celoživotní lásku ke sportu a pohybu.

9. Vytvořte cestu úspěchů

Výjimečné předpoklady k medailím nestačí. Aby se dítě prosadilo, potřebuje opakovaně zažívat úspěch. Avšak úspěch nemusí být vždy spojený jen s výhrou nebo skvěle zaběhnutým časem. Důležitá je samotná cesta k cíli. Jsem úspěšný, protože makám. Jsem úspěšný, protože se sport stal součástí mého života. Mám radost, protože se zlepšuji. A když se něco nepovede, není z toho potřeba dělat velkou vědu. Jedeme dál! Podobu „cesty úspěchů“ spoluvytvářejí rodiče a trenér. Naopak když jsou cílem jen výsledky - výhry a medaile, zvyšujete pravděpodobnost selhání.



„90% výkonu je v hlavě.“
Discohlavos

10. Není to jen „o hlavě“: Potřebujete svých 10 000 hodin

90 procent výkonu není v hlavě, přestože to mnozí trenéři tvrdí. Základ je, aby měl člověk natrénováno. Říká se, že k dosažení vrcholu je potřeba odtrénovat cca 10 000 hodin (v různých sportech a teoriích se číslo může lišit). Zároveň, musíme myslet na to, že sportovní výkon je složen z mnoha faktorů (technika, taktika, fyzické schopnosti, psychika aj.). Nejde tedy jen o 10 000 hodin hloupého drilu. Ona „hlava“ je přímo spojená s kvalitou tréninku, umožňuje nám plánovat sportovní přípravu tak, aby měla co možná nejpríznivější dopad na dítě a aby zahrnovala i čas na závodění či regeneraci.

Zpracoval: Mgr. Michal Vičar, Ph.D.,
předseda Asociace psychologů sportu, autor
knihy *Sportovní talent: Komplexní přístup*

Projekt ČUS Sportuj s námi objektivem fotoaparátu

Břežnový kalendář si odškrtnl dalších dvaadvacet akcí v rámci projektu České unie sportu ČUS Sportuj s námi. Tradičně přinášíme zajímavé fotografie, které pořídili jejich organizátoři.



Jubilejní, 70. ročník Krkonošské 70 přivítal i letos stovky vyznavačů běhu na lyžích, ale náročných trasách.



Běh na Boreč zahrnoval 6,6 km po asfaltu a šotolině i převýšení 138 metrů - na trat' se zde vydala stovka běžců.

V Blučině u Brna se konal Disney Cup, soutěž v moderní gymnastice s pohádkovým námětem, určená nejmladším závodnicím, kterých se představilo více než 200.



O pohár města Světlá nad Sázavou je šachový turnaj, v němž se v deseti kategoriích utkali chlápci a dívky od pěti do šestnácti let.



Startovní listina Ludgeřovické 15 čítala 511 účastníků a navzdory chladu a sněhu jich do cíle dorazilo 462.

V dubnovém kalendáři ČUS Sportuj s námi 37 akcí


 ČESKÁ
UNIE
SPORTU


Dubnová nabídka 37 akcí v kalendáři projektu ČUS Sportuj s námi zve nejen vyznavače běhů v přírodě a turisty, ale už také amatérské a výkonnostní cyklisty. Kromě toho ji zpestřují turnaje ve stolním tenisu, volejbalu i karate, švihadlová show nebo vystoupení pódiových skladeb.

Vybrané akce - duben 2025:

| | | | |
|---------------|---|----------------------|------------------------|
| 5. 4. | Běh Štěpánkou | atletika | Mladá Boleslav |
| 5. 4. | Novoveský přespolák | pádlování, šplh, běh | Ostrožská Nová Ves |
| 6. 4. | Jarní běh zámeckým parkem | atletika | Krásný Dvůr |
| 13. 4. | Přehlídka pódiových skladeb | pódiové sklady | Mošnov |
| 17. 4. | Grand Prix Silesia | orientační běh | Jakartovice |
| 19. 4. | Koberovské šlápoty | turistika | Koberovy |
| 19. 4. | Obrataňské okruhy | turistika | Obrataň |
| 19. 4. | Dačická 14 | atletika | Dačice |
| 20. 4. | Velká cena Města Touškova | cyklistika | Touškov |
| 20. 4. | Silniční běh Rožmitál – Březnice | atletika | Rožmitál pod Třemšínem |
| 23. 4. | Stolní tenis pro všechny | stolní tenis | Karviná |
| 26. 4. | Cikánské toulky | turistika | Ohnišov |
| 26. 4. | Turnaj o vepřové speciality | volejbal | Čestlice |
| 26. 4. | Pyšelský kopeček | atletika | Pyšely |
| 26. 4. | 11. Sudetské Tojnárkovo bloudění | rogaining | Osek |
| 27. 4. | 8. Rebelstyle competition | švihadla | Černošice |

Pozvánka na TOP akce

BĚH LIPOVOU ALEJÍ - Nymburk, 6. 4.: Běžecská akce pro všechny věkové kategorie v areálu atletického stadionu. Kategorie jsou odstupňovány podle věku od menší dětí do 5 let, které běží 100m až po dospělé, kteří absolvují 10km. Dětské trasy jsou vedeny vedle atletického stadionu na asfaltové cestě v lipové aleji. Hlavní závod je klasický okruhový silniční běh vedený téměř zcela po asfaltových cestách Tyršova ostrova.

MTB XC HABEŠ - Strakonice, 20. 4.: Veřejný závod horských kol pro děti i dospělé. Okruhy pro děti budou dlouhé podle jejich věku. Pro juniory a dospělé bude připraven okruh 6km a trať povede po přírodních cestách, lesními trasami vrchu Kuřidlo a okolo vrchu Opeřová. Pro děti bude připraven doprovodný program. Podrobné informace na webu www.junior-cycling.cz.

Více informací: www.cus-sportujsnami.cz

Startuje jubilejní, 10. ročník iniciativy Díky, trenére. Letos se zaměří také na prevenci dětské obezity

Od 11. března mohou zájemci přihlásit své oblíbené trenéry do jubilejního, 10. ročníku sportovní a společenské akce Díky, trenére. Cílem je opět vyjádřit poděkování a uznání trenérům z celé České republiky. Nominací se trenéři zapojí také do hry o titul Trenér mládeže 2025, finanční podporu a příspěvky pro jejich sportovní kluby. Tento projekt podporuje také Česká unie sportu.



Díky, trenére

Iniciativa Díky, trenére je platformou, kde mohou sportovci, rodiče i fanoušci poděkovat svým trenérům. Za deset let fungování iniciativy už trenéři obdrželi přes 5000 poděkování.

„Trenéři mládeže se dětem věnují s neuvěřitelným nasazením - 65 procent z nich navíc zcela dobrovolně, bez nároku na honorář. Nejenže rozvíjejí jejich sportovní talent, ale především je učí lásce k pohybu, disciplíně a fair play. Jsme rádi, že jim můžeme touto iniciativou vyjádřit poděkování,“ říká Petr Rydl, zakladatel akce z agentury Konektor.



Příčina - nedostatek pohybu

Trenéři však pomáhají dětem nejen ve sportu, ale nastolují základy pro zdravý a aktivní život. Proto se letos Díky, trenére zaměří na podporu prevence dětské obezity, která je stále naléhavějším problémem. Dětská obezita je v Česku na vzestupu. Podle průzkumu agentury IPSOS pro Díky

trenére ji jako problém vnímá 95% oslovených trenérů, přičemž dvě třetiny potvrzují, že situace se od pandemie covidu výrazně zhoršila.

Až 42% trenérů vidí hlavní příčinu v nedostatku pohybu, více než třetina v nezdravé stravě a čtvrtina v nadměrném používání elektroniky. „Dětská obezita není jen problém jednotlivců, ale celospolečenský fenomén. Každý pátý trenér se domnívá, že zlepšení brání i nezámerná

lenost - a to nejen u dětí, ale i jejich rodičů,“ dodává Michal Straka, analytik agentury IPSOS.

Trenéři potřebují podporu

Podle průzkumu by téměř 90% trenérů uvítalo větší podporu institucí, jako jsou MŠMT nebo Česká obezitologická společnost. Pomohla by jim především školení, vzdělávací videa či výukové materiály, které by jim umožnily lépe pracovat s dětmi na prevenci obezity. Více než polovina trenérů by ocenila i workshopy pro rodiče, které by pomohly rodinám vést děti ke zdravějším návykům.

Proto se iniciativa Díky, trenére rozhodla letos připravit projekt zaměřený na prevenci dětské obezity, který ve spolupráci s odborníky nabídne trenérům praktické nástroje, jak děti motivovat k pohybu a zdravému životnímu stylu. „S trenéry jsme v úzkém kontaktu a při návštěvách sportovišť vidíme, že si problém obezity uvědomují, ale často jim chybí nástroje, jak s dětmi a rodiči pracovat. Proto chceme ve spolupráci s odborníky nabídnout konkrétní podporu, která jim pomůže vést děti ke zdravějším návykům,“ vysvětluje Petr Rydl.

Přihlášky jsou spuštěny

Svého oblíbeného trenéra či trenérku může do soutěže Trenér mládeže nominovat kdokoli. Stačí ho přihlásit na webu Díky, trenére. Odborná porota následně vybere 32 čtvrtfinalistů, ze kterých po konzultaci se sportovními svazy vzejde šestnáctka nejlepších. Vyvrcholením soutěže bude velké finále na přelomu října a listopadu, kterého se zúčastní osmička nejlepších.

Zdroj a foto: Díky, trenére

Hospodářské noviny: Zákon, který by dal sportu vlastního ministra, je definitivně u ledu

Hospodářské noviny publikovaly 10. března článek, jehož autor Jan Prokeš se zabývá otázkou dalšího osudu dlouho připravovaného zákona o sportu a snahou o vznik samostatného ministerstva sportu. Ačkoliv text je v některých částech polemický, přinášíme jeho zkrácenou verzi obsahující nejdůležitější pasáže.

X X X X X

Snahy o to, aby sport měl podobně jako třeba kultura svého vlastního ministra, se objevují pravidelně už řadu let. Šéf vládního resortu by byl přímo u jednání kabinetu a měl by tak lepší možnost ovlivnit, kolik miliard jednotlivým klubům a tělovýchovným jednotám přiteče. Zatím však jde o marné volání. A úspěchem neskončí ani aktuální pokus skupiny vládních poslanců. Případným budoucím snahám pak nepřidala ani současná kauza bývalého šéfa České unie sportu Miroslava Jansty.

„V okamžiku, kdy padne obvinění kteréhokoliv sportovního funkcionáře, tak minimálně na několik měsíců vnímám u vrcholných politiků shození tématu sportu dolů. Ten vliv je vždy hrozně silný a negativní,“ říká poslanec ODS Karel Haas.

Právě on vedl od skupinu zákonodárců, kteří od loňského ledna připravovali nový zákon o sportu. Ten kromě jasnějšího nastavení financování sportu či postavení sportovních svazů, které dotace rozdělují, počítal i se vznikem ministerstva sportu. Zákon je sice od loňského září připraven, ale k jeho schvalování ani nedojde. Předloha nemá jasnou podporu ani v rámci vlády a jedním z důvodů, proč narazil, je právě návrh na vytvoření nového ministerstva, které by kromě sportu zaštiťovalo třeba i cestovní ruch.

Podle Haase by se však tento problém dal vyřešit. „Ačkoliv jsme vždy říkali, že by vznik ministerstva sportu musel být spojen se zrušením

ministerstev bez portfeje a také redukcí některých jiných resortů, nepovedlo se nám to v koalici prosadit. To respektujeme a měli jsme ve vládě domluvu, že sportovnímu prostředím ukážeme komplexní zákon, ale ve sněmovně pak pozměňovacím návrhem vznik nového resortu vypustíme,“ líčí Karel Haas.

Podle něj však nakonec rozhodl fakt, že se od zákona odvrátili zástupci hnutí STAN. A ačkoliv byli v pracovní skupině k jeho tvorbě i zástupci hnutí ANO a SPD, došla vláda nakonec k závěru, že se normu před volbami ve sněmovně nepovede prosadit.

Hnutí ANO, které je podle průzkumů hlavním favoritem letošních voleb, svůj sportovní program příliš komentovat nechce. „Otázka na ministerstvo sportu je předčasná, počkejte si, až představíme celý program,“ říká poslanec hnutí Patrik Nacher.

Aktuální kauza sportovního funkcionáře Jansty, který v čele ČUS za vznik ministerstva dlouhodobě lobbval, prý na rozhodnutí hnutí ANO nebude mít vliv. „Připravuji věci, které se týkají pohledu na sport a obecně zdravý životní styl. Bez ohledu na personálie tohoto typu,“ uvádí Nacher.

Sdílnější nebyl ani poslanec za ANO a druhý místopředseda Fotbalové asociace Jan Richter. „Není to na programu dnešního dne,“ odpověděl bez dalšího upřesnění na dotaz HN, jaký je postoj hnutí k vzniku nového ministerstva.

„Potřebujeme samostatného politika nejvyšší úrovně, který bude prosazovat agendu pohybu, zdravého životního stylu a sportu přímo ve vládě. Předseda NSA je nejvýše postavený úředník, sport ale musí mít silného politického reprezentanta,“ oponuje ale například místopředseda ČUS Marek Pakosta.

Zdroj: hn.cz (Jan Prokeš)



Poradna Českého Antidopingu: „Nekuřácký nikotin“ a sportovci – očekávání a realita

„Nekuřácké produkty“ s obsahem tabáku nebo nikotinu jsou někdy považovány za zdravotně nezávadné, protože za škodlivé se považují jen látky, vznikající hořením tabáku, například v cigaretách. Ale není tomu tak, svá značná zdravotní rizika má nikotin i v jiných formách. V tomto článku se budeme zabývat formami „nekuřáckých“ nikotinových produktů, která se užívají ústy.

Nekuřácký nikotin: žvýkáci tabák a nikotinové sáčky

Tradiční je **žvýkáci tabák**. V něm obsažené složky, především nikotin, se z tabáku uvolňují v ústech žvýkáním. **Nikotinové sáčky** obsahují buď tabákový prášek nebo nikotin v celulóзовém obalu. Tabákové sáčky jsou ve skandinávských zemích označovány jako „snus“. „Netabákové“ nikotinové sáčky obsahují celulóзовá vlákna, napuštěná nikotinem. Oba typy nikotinových sáčků obsahují další látky upravující chuť, aroma a další vlastnosti produktu (např. sladidla, aroma, konzervanty, stabilizátory). Nikotinové sáčky se užívají tak, že se vloží do dutiny ústní mezi ret a dásně, odkud se nikotin postupně uvolňuje a vstřebává sliznicí do krve a odtud do mozku a dalších částí těla, což je příčinou zdravotních rizik, kterým se v tomto článku budeme věnovat.

Předpokládané účinky mají svá úskalí

V posledních letech se mezi sportovci rozšířilo užívání nikotinových sáčků, zvláště v některých disciplínách, například v kopané či ledním hokeji. Sportovci mají různé důvody ke konzumaci nikotinových sáčků - a domnívají se mylně, že těchto účinků, vnímaných jako přínosné, dosáhnou bez negativních účinků, které je spojováno pouze s kouřením tabáku. Od užívání nikotinových sáčků sportovci především očekávají psychoaktivní účinek; nikotin působí jako stimulant, může také zvyšovat subjektivně vnímanou schopnost koncentrace a přispívat ke snadnější relaxaci a zlepšení nálady. Někteří sportovci se dále domnívají, že nikotin může zvýšit jejich výkon (sportovci v některých odvětvích, jak ukázaly dotazníky, tento účinek nepředpokládali).



Jak ukázaly některé studie, užívání nikotinových sáčků nezlepšilo fyzickou výkonnost. Výkony hráčů baseballu byly ve studiích u uživatelů nikotinových sáčků podobné jako u těch, kteří nikotin neužívali, dokonce v některých studiích u sportovců-uživatelů nikotinových sáčků se projevilo pokles svalové síly a snížení maximálního aerobního výkonu. Pro zlepšení fyzické výkonnosti tedy u uživatelů nikotinových sáčků nejsou k dispozici přesvědčivé důkazy. Především však je užívání sáčků rizikové ze zdravotního hlediska.



Škodlivé zdravotní důsledky užívání nikotinu

Nikotin, hlavní účinná látka v nikotinových sáčcích, má ovšem také své nežádoucí účinky, jejichž závažnost stoupá s dobou, po kterou je užíván, tedy především při opakovaném užívání. Působí **škodlivě na kardiovaskulární systém** (srdce a cévy): dochází ke zrychlení srdečního tepu a zvyšuje se nebezpečí vzniku **srdeční arytmie**, především tzv. **fibrilace srdečních síní**, což je nebezpečný stav, který zvyšuje riziko vzniku **srdečního selhání a mozkové mrtvice**. Dochází také k zúžení cév a zvýšení krevního tlaku (vzniku **hypertenze**), dále k rozvoji tzv. **endoteliální dysfunkce**, tedy poruchy funkce cévní výstelky a tzv.

oxidativního stresu, který zvyšuje riziko vzniku **krevních sraženin** v cévách. Hypertenze a endoteliální dysfunkce také podstatně zvyšuje riziko aterosklerózy a vzniku náhlých srdečních příhod jako je **infarkt nebo mozková mrtvice**, tedy závažných stavů, které mohou mít trvalé, případně mohou být i život ohrožující.

Nikotin svými toxickými účinky **poškozuje mozek** (je neurotoxický). Existuje souvislost mezi systematickým užíváním nikotinu a **zvyšenou impulzivitou, výkyvy nálad, poruchami pozornosti a nepříznivým vlivem na celkovou funkci a vývoj mozku**. V případě nadměrného užití nikotinových sáčků nebo jejich spolknutí může dojít k akutní **otravě nikotinem**. Ta se projevuje bušením srdce, neklidem, nervozitou, třesem, bolestí hlavy, nevolností až zvracením.

Opakovaná aplikace žvýkacího tabáku a nikotinových sáčků může vést na sliznici dutiny ústní ke vzniku tzv. **keratotické léze** - změnám struktury sliznice v místech, kam jsou sáčky umístovány. Slizniční změny se liší v závislosti na frekvenci aplikace těchto výrobků. Při **dlouhodobém dráždění stejného místa v ústech** existuje riziko jejich přeměny na **nádorové onemocnění** - tzv. dlaždicobuněčný karcinom.

Dlouhodobé účinky, vznik závislosti, abstinční příznaky

Nikotin dočasně do určité míry zvyšuje schopnost koncentrace a podporuje v mozku uvolnění hormonu dopaminu, který způsobuje zlepšení nálady. Tento účinek je sice na jedné straně důvodem, proč někteří sportovci nikotinové sáčky užívají, ale je zároveň i hlavním nebezpečím. Při opakovaném užívání nikotinových sáčků nikotin totiž způsobuje **vznik závislosti**. U lidí závislých na nikotinu se při jeho vysazení projevují **abstinční příznaky: nervozita, zvýšené napětí, zhoršení nálady a zhoršená schopnost soustředění**. Tedy opačné účinky, než jsou ty, pro které sportovec původně začal nikotinové sáčky užívat.

Závislost na nikotinu vzniká velmi rychle a vyvolává potřebu zvyšování dávek. Poté, co vstoupila v platnost regulace, nařizující v ČR jako maximální dávku 12 miligramů nikotinu v jednom sáčku, existuje nebezpečí, že uživatelé, kteří dříve užívali sáčky s vyšším obsahem nikotinu, budou



přecházet na jiné nikotinové produkty, například cigarety, protože budou postupně sáčky vnímat jako „slabé“.

Závěr

Nikotinové sáčky (a obecně jakékoli „nekuřácké“ nikotinové produkty) jsou často pokládány za zdravotně nezávadné. Je to velký omyl, protože samotný nikotin (ať už v tabáku, nebo jako izolovaná látka) je zdraví škodlivý, má řadu nežádoucích účinků, především na kardiovaskulární a nervový systém a působí vznik závislosti. Je paradoxem, že nikotinové sáčky, užívané sportovci především pro zvýšení koncentrace a relaxace, vedou při delším užívání k opačným účinkům, jako je impulzivita, výkyvy nálad a neschopnost koncentrace. Riziko škodlivého působení se zvyšuje s délkou užívání těchto produktů.

Nikotin je návykový, vede k tendenci zvyšovat dávky a k riziku přechodu ke kouření cigaret. **Světová antidopingová agentura zařadila nikotin do svého monitorovacího programu; zařazení nikotinu ve všech formách na seznam zakázaných látek je podle odborníků jen otázkou času**. V každém případě již nyní se odborníci v oblasti sportovní medicíny shodují v tom, že nedoporučují, aby sportovci jakoukoli z forem nikotinových produktů včetně nikotinových sáčků užívali - především proto, že to ohrožuje jejich zdraví svými dlouhodobými škodlivými účinky, včetně vzniku závislosti.

*Zdroj: Odborná redakce Edukafarm (psáno pro Antidopingový výbor ČR)
Ilustrační foto: Ivana Roháčková*

AKTUÁLNÍ DOPINGOVÉ KAUZY

Čtvrtek 10. 04. 2025 od 19 hod
On-line

Přednášející

JUDr. Jan Exner, PhD.

Mgr. Jan Petržela



Zaregistruj se
po naskenování
QR kódu

Veřejný webinář





VÝZVA PRO TRENÉRY; PODPORA MLADÝCH SPORTOVců ZE ZNEVÝHODNĚNÝCH PODMÍNEK PROSTŘEDNICTVÍM SPORTU

- Pracujete s mladými lidmi ve věku 10-24 let?
- Máte ve svém týmu děti, které **čelí obtížným** životním situacím?
- Chce se dozvědět, jak sport může pomoci zlepšit jejich duševní zdraví, posílit odolnost a přispět k lepší integraci do kolektivu?

PŘIPOJTE SE K JEDNODENNÍMU WORKSHOPU ZAMĚŘENÉHO NA PRAKTICKÉ STRATEGIE PRO TRENÉRY

ZÍSKÁTE:

- **Praktické příklady a strategie**, jak vytvořit bezpečné a podpurné prostředí na trénincích.
- **Postupy pro identifikaci ohrožených dětí** a efektivní způsoby podpory, jejich zotavení a růstu.
- Inspiraci, jak sport může pomoci dětem z různorodých sociálních a ekonomických podmínek
- Kontakty na pracovníky Českého červeného kříže, kteří vždy rádi pomohou s problematikou integrace dětí do společnosti

 **sport**
coach+

Podpora duševního zdraví a pohody prostřednictvím sportu.

Zapojte se

- **Termíny školení** najdete přes **QR kód** nebo **ODKAZ**
- **Čas školení:** 9:00 - 16:00
- **Termíny** průběžně přibývají
- Pokud budete chtít termín na míru pro vaši skupinu, ozvěte se nám
- Školení jsou **zdarma** (financováno Olympic Refuge Foundation) a na konci dostane každý účastník certifikát
- V případě dotazů, nás kontaktujte: **sportcoachplus@cervenykriz.eu**, nebo tel. **+420 776 321 474 / +420 774 842 482**

OD

2024

ZAMĚŘENO NA OSLOVENÍ

2,500

TRENÉRŮ

AKTIVNÍ V

8

ZEMÍCH

deník.cz

fandí
sportu...

**informace,
které jsou vám
nejblíže**