Tréninky frisbee můžou mít i duchovní rozměr

23.01.2024

Tyršovo heslo 'Ve zdravém těle zdravý duch' se bezezbytku snaží naplňovat hráči Raket Žižkoff. Cvičení má podle nich rozvíjet nejen fyzickou kondici, ale i mysl.



Když si v roce 1871 začali studenti v Americe házet lehkými kulatými formami, ve kterých pekařská firma prodávala koláče, netušili, že se jejich záliba stane celosvětovým fenoménem. Turnaje v hodu plastovým diskem frisbee získaly na oblibě hlavně na přelomu tisíciletí.

Několik týmů zaměřených na tenhle druh sportu existuje taky v Česku. Jedním z nich jsou Rakety Žižkoff. V září roku 2021 je jako amatérský tým založili Martin Vejvoda a Tomáš Toušek za finanční podpory církve bratrské. „Byli jsme členové party, která se znala z místního kostela a společných akcí. Každý z nás pak pozval své kamarády. Po nějaké době jsme začali tým propagovat i na blízkých středních školách, ze kterých přišli další spoluhráči," říká Toušek, který funguje jako trenér. V družstvu je momentálně 45 členů. Jsou mezi nimi studenti i pracující, letití sportovci i ti, kdo předtím žádné aktivity neprovozovali.

Rakety mají dva smíšené oddíly pro různé věkové kategorie. Jeden sdružuje starší hráče a hráčky od 15 do 23 let, druhý děti od 10 do 14 let. Přidat se k nim můžou jak zkušení borci, tak i úplní začátečníci. Tréninky podobně jako u jiných týmů začínají během, rozcvičkou a cvičením s frisbee.

Zápasu předchází krátká přestávka, během níž hráči rozebírají sportovní, náboženská a etická témata. To jim pomáhá rozvíjet nejen fyzickou kondici, ale i spiritualitu, což se může hodit například jako psychická podpora během závodů. „Pravidelně se účastníme turnajů v Edge lize, amatérských soutěží, které pořádají některé týmy v republice, Pražské amatérské ligy v ultimate frisbee a nově jezdíme taky na utkání mistrovství republiky," upřesňuje Martin Vejvoda. Podrobnosti najdete na webu na raketyzizkoff.cz.