

Box učí děti disciplíně a posiluje jejich sebedůvěru

28.01.2025

Klub Julius se specializuje na výcvik boxu. Malí zájemci z Trojky ho najdou v prostoru Centra kontaktních sportů, které sídlí na Havlíčkově náměstí.



Štefan Ličartovský, současný vedoucí klubu, začal boxovat ve svých čtrnácti letech. Vedle výcvikového programu pro nejmenší se teď bez nároku na odměnu věnuje taky lidem s hendikepem a osvětě v oblasti prevence rizikových jevů. Jeho vzorem je přitom zesnulá boxerská legenda Rudolf Obid. Podle Ličartovského je dobrým základem do života, když děti mají možnost vzhlížet k někomu s kladnými vlastnostmi. „Ideální je, aby dotyčný byl disciplinovaný, spolehlivý a férový,“ říká. Podobné vlastnosti získávají kluci a holky právě i v rámci tréninků. Naučí se totiž nejen ubránit se agresorům a šikaně, ale taky vybudovat si respekt v týmu a naopak si vážit všech jeho členů bez ohledu na sociální příslušnost. Snahou Ličartovského zkrátka je podporovat ve svěřencích nejenom zájem o box a další bojové sporty, ale taky smysl pro zdravý životní styl a fair play.

Klub má dlouholetou podporu Prahy 3, spolupracuje i s místním orgánem sociálně-právní ochrany dětí. Svoje útočiště našel v prostorách Centra kontaktních sportů na Havlíčkově náměstí. Malí boxeři a jejich rodiče vytvořili postupem času komunitu lidí, kteří společně navštěvují boxerské soutěže a chodí na pěší výlety. Přidat se k nim může kdokoli z řad dětí, mládeže i seniorů. „Napište mi e-mail na lici@centrum.cz a domluvíme se,“ vyzývá Ličartovský. V případě kluků a holek je nutný souhlas rodičů, u osob s hendikepem lékařský posudek povolující trénink. „Pokud by se našel někdo, kdo by chtěl naše snahy podpořit, budu rád. Vedle finančního příspěvku se nám vždycky budou hodit cvičební pomůcky nebo nějaká specifická pozornost pro sportovce se znevýhodněním,“ zmiňuje trenér.