Sportreg není slepá ulička

Tento článek je namířen k rodičům, kteří chtějí své děti vést k aktivnímu, zdravému životu a také k rodičům s ambicemi vychovat ze svých potomků úspěšné sportovce. Ano, nemalou část takového úkolu zvládnete se svými dětmi sami v rámci Vaší rodiny a přátel. Jste-li sami aktivní jedinci a obklopujete se podobně smýšlejícími lidmi, je to ten nejlepší základ.

Přiznejme si, že na vyšší sportovní cíle to stačit nemusí a může se také stát, že se vydáte do slepé uličky, ze které nebude cesty zpět. Pojďme být rovnou konkrétní a říct si, že špatně nastavený proces vedení malého sporťáka může již od útlého věku vést k nechuti, depresím z nenaplněných očekávání, demotivaci, neochotě spolupracovat, nebo také ke zdravotním a dalším problémům. Zkrátka může to nabrat nechtěný a zcela opačný směr. A co hůř, ty dopady mohou roky tajně doutnat a naplno zahořet až po letech. Minimálně pak v pubertě, kdy je všechno už tak o dost složitější.

Sportreg je program pro výchovu celoživotně aktivních, cílevědomých lidí. Je založený na filozofii jeho zakladatele Karla Srnského, který je dlouhodobě aktivním sportovcem, osobním trenérem cyklistiky a běžeckého lyžování, poradcem pro zdravý životní styl, poradcem pro výběr a dodavatelem vhodného sportovního vybavení. Především je ale otcem jeho tří dcer, které od malička vede a vychovává v tomto duchu. Nejstarší dcera Patricie Srnská (18) aktuálně trénuje pod Armádním sportovním centrem Dukla (cyklistika).

Jednou z hlavních myšlenek programu Sportreg je vedení dětí k aktivnímu životu od útlého věku. U dětí se důrazně snažíme vyvarovat kterékoliv formě drilu a drsného tréninku. Naprosto zásadní je všestranný a postupný rozvoj potřebných schopností a dovedností. V programu Sportreg se to děje formou her a zábavy v aktivní skupině. Objem a intenzita tréninku jsou postupně a individuálně navyšovány dle věku a vyspělosti daného jedince. To vše s důrazem na zmíněnou všestrannost a citlivé směřování ke vhodné sportovní specializaci. Není totiž pravda, že úspěšný cyklista musí být cyklistou od malička. Předčasná a chybná specializace může naopak vést ke všem výše zmíněným nežádoucím dopadům.

Karel Srnský usiluje o potřebné návaznosti mladých cyklistů. Působí také jako trenér cyklistiky na Gymnáziu a SOŠ v Novém Městě na Moravě. Vytváří nejlepší možné podmínky pro bezpečné sociální skupiny aktivních lidí, které kladou důraz na efektivní souběh intelektuálního rozvoje a sportovní přípravy. Sportovně zaměřené třídy jsou ideální pro vzájemnou motivaci a zdravou soupeřivost při studiu i tréninku.

Sportreg není slepá ulička - Sportreg je promyšlený koncept, který vede k radostné celoživotní aktivitě všech zúčastněných. Pro talentované, ambiciózní a disciplinované sportovce je Sportreg spolehlivá cesta do profesionálních cyklistických týmů a pro opravdu houževnaté jedince možná i cesta za olympijskými sny. Zároveň jsme ale pořád “jen” lidé. Naše pečlivě sestavené metodiky za sebou nezanechávají zhrzené a vyhaslé hvězdičky. Pokud se však stane, že ta vytoužená “velká” medaile nedopadne, v takovém případě si Vaše děti odnesou z programu Sportreg množství jiných, neskutečně cenných “medailí” v podobě zdravých návyků, životní disciplíny a dobrých kamarádů. To je totiž také velmi důležité, neboť jedno Karlovo motto říká: “Nikdy nic nehroť a dívej se za to, co vidíš!”

Pokud jste právě Vy tím čtenářem, kterého náš článek zaujal, navštivte sportreg.cz pro více informace a případně kontaktujte Karla Srnského pro osobní konzultaci.