



Jakub Shejbal (nar. 1999) válí v Praze...

Od školního roku 2018/2019 studuje hráč TJ Sokol Roveň na FTVS v Praze. Touha aktivně sportovat i ve školním období ho přivedla na myšlenku zapojit se aktivně v některém fotbalovém klubu v Praze. Nejprve pomýšlel jen na účast na tréninkových jednotkách, nakonec z toho bylo hostování v klubu, který kope 1.A třídu v našem hlavním městě



Jakub Shejbal se svým otcem Pavlem, který rovněž fotbal hrál a trénoval v Rovni

Jakuba jsme požádali, zda by pro web Sokola Roveň odpověděl na několik otázek, a třeba tím motivoval další kluky z Rovně, kteří půjdou studovat a při tom se i fotbalově posouvat výš.

Jakube, nejdříve prozrad' našim čtenářům, co studuješ, jak je studium náročné.

Studuji 1. ročník Fakulty tělesné výchovy a sportu Univerzity Karlovy v Praze - Veleslavíně, obor „Tělesná výchova a sport“, což je vlastně takový univerzální obor, který se zaměřuje hlavně na budoucí trenéry, učitele tělocviku a podobně. Náročné to samozřejmě je, jako asi každá vysoká škola, ale když máte sport rádi, baví vás a rádi se o něm učíte a dozvídáte něco nového, tak to jde samo. Teď v prvéčku to zatím jde hezky, uvidíme, jak to půjde v příštích ročnících.

Zbývá při pobytu v Praze čas na pravidelné tréninky?

To ano. Tím, že na vysoké škole si na rozdíl od střední školy studenti plánují školní rozvrh sami, tak když se naplánuje dobře, tak je vždy nějaké to volno. Mně se to naštěstí povedlo a tak mám celkem mnoho volna, které mohu věnovat sobě, učení, fotbalu i jiným aktivitám. Takže tréninky stíhám úplně v pohodě.

V kterém týmu jsi začal, jakou soutěž kopeš, co ti to osobně dalo?

Tak vlastně, já už když jsem nastoupil do Prahy, tak jsem rozeslal pár mailů do klubů poblíž mé školy, jestli bych se k nim nějakým způsobem mohl zapojit do tréninků, abych se stále fotbalově udržoval a nechodil jen na zápasy. Bohužel buď mi kluby neodpověděly vůbec, nebo odmítly, popřípadě chtěly nemalé částky. Poté mi spolužák řekl, že trénuje v nedaleké Aritmě, ať chodím s nimi. Áčko Aritmy hraje divizi A a béčko hraje I. A třídu a trénovali jsme s béčkem. Ovšem asi po měsíci mi trenér oznámil opět, že jestli s nimi chci trénovat, tak že budu platit. A nemalou částku. Takže vlastně vzhledem k tomu, že jsem těch tréninků tam neabsolvoval až tolik, tak krom nějaké fyziky mi to nedalo nic, protože ty tréninky nebyly moc odlišné než tady v Rovni nebo v Holicích.

Následoval přechod do TJ Praga. Můžeš představit tento klub, co hraje?

Pragovka je klub s bohatou historií, nacházející se ve Vysočanech nedaleko O2 arény, takže od školních kolejí přibližně 35 minut metrem. S týmem hrajeme I.A třídu, skupinu A.

Kolik tréninků jsi tam absolvoval, než tě oslovili k tomu, abys tam šel hostovat?

Já k týmu přišel trénovat do zimní přípravy, trenér i kluci v kabině byli super a hned mě do kabiny přijal, a tak jsem absolvoval tréninky i přípravné zápasy a bylo to myslím po prvním přípravném zápase, kdy mě oslovili, zda bych za ně nechtěl hrát. Kývl jsem.

Jaká byla výchozí pozice týmu, jaká je nyní, jaký herní prostor dostáváš v základu?

Výchozí pozice kluků po podzimu moc dobrá nebyla. Byli jsme druzí od konce a na začátku jara byl hlavně cíl se udržet. Kromě mě, tak do týmu přišli ještě dva kluci, ale ohromně jsme si sedli, začalo se nám dařit a porážet i týmy, kteří nám na podzim daly výprask. Momentálně jsme na 9. místě, což z původního 14tého místa, si myslím, že to je ohromný skok a máme šanci, s trochou štěstíčka, vyskočit do konce sezóny až na 7. místo, což už by bylo naprosto, ohromný. Uvidíme, co přinesou poslední kola. Jinak v základu hraji víceméně pravidelně, z lavičky jsem začínal asi jen 2 zápasy.

Jaké máte tréninkové podmínky, jak vypadají tréninky, jak často příprava probíhá?

Máme jedno travnaté hřiště, kde hrajeme zápasy a trénujeme, pak nově udělanou umělku, velikosti asi půlky hřiště, kde jsme strávili celou zimu a kde teď trénují ragbisté, a ještě jednu malou umělku. Tréninky probíhají přímo na hlavním hřišti, v přípravě byly 3x týdně, teď v sezóně jsou 2x týdně, v úterý a ve čtvrtek navečer. Většinou to bývá tak, že úterky trénujeme fyzickou, takže například 10 min rozehrátí, 50min různá cvičení na rychlost, výbušnost, výdrž a sílu a nakonec 25 min. fotbalu a na závěr doprotažení a individuál. Víceméně to samé je ve čtvrtek, ale místo cvičení na fyzickou, trénujeme různé techniky, signály, hru s omezením atd. Jinak je zbytek stejný. Tréninky mají hodinu a půl.

Na jakém postu nastupuješ, kolik máš gólů a asistencí?

Nastupuji na levém záložníkovi, párkrát jsem hrál i středního ofensivního záložníka. Gól mám za jaro jeden a asistenci, upřímně netuším, ale okolo 8 - 9.

S jakou soutěží bys porovnal I. A třídu v Praze?

Nebudu přehánět, když řeknu, že klidně s pardubickým krajským přeborem. V Praze je velká konkurence a všichni tu chtějí být nejlepší. Tréninky i hra jsou velmi podobně náročné a tvrdé jako v Holicích či v Moravanech a upřímně bych si přál, abychom si třeba s jedním z těchto týmů nebo s někým od nás zahráli přípravný zápas. Myslím, že by to byl nádherný fotbal.



Kope s vámi nějaký bývalý ligista?

Hraje za nás Honza Micka, který v minulosti, nějakých zhruba 6 let zpátky hrál za Duklu Praha. Jinak ještě za nás hraje Slovák Mára Švec, který na Slovensku kopal 2.ligu, což je na hře také hrozně vidět.

Fotbalová sezóna končí, jaké máš plány dál? Budeš kopat v Rovni, která má již 2 kola před koncem jistotu návratu do okresního přeboru?

Momentálně je pro mě na prvním místě škola, kterou bych chtěl dodělat. A co se fotbalu týče, chtěl bych zůstat minimálně ještě tu příští celou sezónu v Pragovce. Fotbal tady mě baví, naplňuje a posouvá dál, trenéři i kluci jsou super, tak tu chci nějaký čas určitě ještě strávit a dřít na sobě tady. Jestli a kdy se vrátím zpátky do Rovně necháme na osudu. Každopádně Rovni přeji samozřejmě mnoho štěstí nejen v příští sezóně, ale i v těch nadcházejících a budu jim moc držet palce.

Doporučil bys podobný model fotbalového růstu v rámci VŠ studia i dalším klukům z Rovně?

Určitě doporučil. Cokoliv, co se v mém fotbalovém růstu uskutečnilo, mě nějakým způsobem obohatilo a ničeho vůbec nelituji. A když fotbal milujete, tak si vždycky tu svojí cestičku najdete. Moje byla sice chvílkami kamenitá, ale teď už prozatím je rovná a hladká. Uvidíme, co přinese čas.

Jakube, dík za odpovědi, ať se ti vše daří jak ve sportu, tak v osobním životě. Tuž se!

Mnohokrát děkuji.

Milan Lang - sekretář klubu TJ Praga: „Reaguji na Váš dotaz, jak se daří Jakubovi. Jakub je u nás od ledna. Zapojil se do přípravy a na zimním turnaji se projevil dobře, tak jsme realizovali jeho přestup se smlouvou na půl roku. Jeho tréninková účast je téměř stoprocentní. Trénujeme dvakrát týdně. Gól zatím nedal (pozn.: od odpovědi již Jakub 1 branku vstřelil – viz výše). Hraje na postu levého záložníka. Víím, že má menší zdravotní omezení. Rádi bychom uvítali i další VŠ studenty. Jediný problém je v tom, že půlroční hostování /přestup na smlouvu/ nás stálo velké finanční prostředky, které jsme vynaložili mateřskému klubu, a tak nevíme, jestli s ním budeme moci v příští sezóně počítat.“

Připravil 3. 6. 2019 Jaromír Pýcha