

## Filip Drábek: Na šálách visím už sedm let

*prazsky.denik.cz, 11. 5. 2020*

Vzdušná akrobacie neboli aerial silks je formou moderního tance, jehož historie sahá až do 70. let minulého století. Dnes je tato sportovní disciplína velice oblíbená u nás i ve světě. Sám o tom ví své sedmadvacetiletý Filip Drábek, který se akrobatickému tanci na vzdušných šálách věnuje již sedm let. Kromě toho se Filip několik let věnuje i akrobacii na tyči, tzv. pole dance, který spojuje dohromady prvky několika tanců s prvky gymnastiky a akrobacie. Poslední tři roky má ve svém repertoáru i aerial hoop neboli vzdušnou akrobacii v kruhu.

Předchozí

1 z 4

Další

Začátky na vysoké

K aerial silks se Filip dostal při studiu Tvůrčí fotografie na Ostravské univerzitě. "Kamarádka mě poprosila, jestli bych její kamarádce nenafotil vystoupení na šálách v Olomouci. Na oplátku mě pak pozvala na trénink a já s ní začal v jednom divadle v Ostravě cvičit." O rok později přidal do svého repertoáru Filip i pole dance. "Při prvních klauzurách na Ostravské univerzitě jsem zjistil, že neumím mluvit, stát před lidmi a něco jim vysvětlovat. V té době jsem trávil většinu času doma, zalezlý v knížkách," vzpomíná Filip. "To byl jeden z hlavních důvodů, proč jsem to zkusil a taky mě nebavily klasické sporty, chtěl jsem zkusit něco netradičního. Když jsem s tím začínal, měl jsem velkou podporu od otce."

Krok po kroku, jako ve škole

Ač se to na první pohled nemusí zdát, akrobacie na šálách je bezpečný sport. "Nikdy se mi nestal žádný úraz. Pokud se totiž vyloženě nepustíte, nemůže se vám nic stát. Vždycky, když se to učíte, je vedle vás lektor, který vás jistí. Většinou klientů je to podle mě i příjemnější. Lekce jsou od začátku nastavené tak, aby se klienti učili krok po kroku." Pokud nejste sportovní typ a rozhodnete se s akrobacií na šálách začít, nemusíte mít obavy. "Když se rozhodnete začít s akrobacií na šálách, nemusíte mít žádnou přípravu z jiných sportů. Samozřejmě, pokud máte nějaké sportovní zkušenosti a tím pádem i kondičku, je to výhoda, ale ne podmínka. Rychlost zlepšení je u každého individuální, stejně jako ve škole."

Do všech koutů Evropy

Filip toho má i hodně procestováno. Během studia se díky programu Erasmus dostal do různých koutů Evropy. Navštívil například Belgie, kde pobýval půl roku a kde pravidelně navštěvoval kurzy pole dance. Dále také zavítal na Island, kde navštěvoval studio zaměřené na sportovně uměleckou stránku. Když studoval magisterské studium na Vysoké škole Výtvarných umění v Bratislavě, pracoval v jednom studiu jako lektor aerial silks a aerial hoop. "K učení aerial hoop jsem se dostal náhodou. Studio nemělo lektora, tak jsem to vzal a učil jsem se za pochodu." Minulý rok obhájil Filip diplomovou práci a po ukončení školy nastoupil jako lektor akrobacie na šálách do studia Firefly v Praze.

Boj s nízkým sebevědomím

Než se před sedmi lety začal Filip věnovat akrobacii na šálách, měl nízké sebevědomí. Díky koučinku se snaží pomoci lidem, u kterých vidí tento problém. "Kamarádka, která je burleskní tanečnicí, mi jednou řekla, že je to celé o sebelásce. Já s ní souhlasím, jde o to, jak člověk vnímá sebe a jak se má rád. Nikdy nehraje roli to, jak ten člověk vypadá. Jestli je silnější nebo hubený,

jestli je černý nebo žlutý. Je to jedno. Je o tom, jak se člověk cítí a jak se má rád." Jak sám Filip říká, je to sport pro všechny – ženy, muže, mladší i starší. "Baví mě na tom práce s lidmi. Mám radost, když se někomu něco podaří, mám rád, když klienty můžu připravovat na vystoupení a soutěže a když u nich vidím pokrok."

Tento článek jste si mohli přečíst díky předplatnému Deník Klubu

Autor: Karolína Marvánková

Zdroj: <https://prazsky.denik.cz/lide-odvedle/akrobacie-saly-lektor-praha.html>